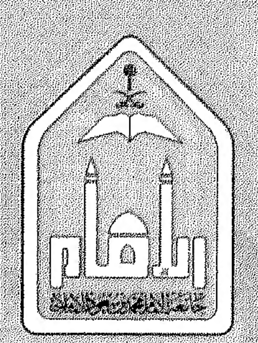
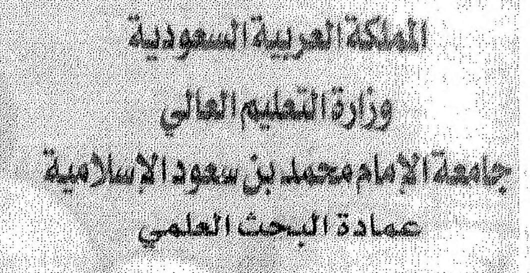




المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية
عمادة البحث العلمي

التدين والصحة النفسية

إعداد

الدكتور صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف الصنيع

أستاذ علم النفس المشارك

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

١٤٢١هـ / ٢٠٠٠م

المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية
عمادة البحث العلمي





التدين والصحة النفسية

إعداد
الدكتور صالح بن إبراهيم بن عبد اللطيف الصنيع

أستاذ علم النفس المشارك
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

١٤٢١هـ/ ٢٠٠٠م

أشرفت على طباعته ونشره الإدارة العامة للثقافة والنشر بالجامعة

ⓗ **جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ١٤٢١هـ**

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

الصنيع، صالح بن إبراهيم

التدين والصحة النفسية - الرياض.

٥٦٠ ص ١٧× ٢٤ سم.

ردمك: x- ٣٤١ - ٠٤ - ٩٩٦٠

١- علم النفس الإسلامي. ٢ - الصحة النفسية. أ - العنوان.

ديوي ١٥، ٢١٤

٢١/٢٩٩٨

رقم الإيداع: ٢١/٢٩٩٨

ردمك: x- ٣٤١ - ٠٤ - ٩٩٦٠


بسم الله الرحمن الرحيم

الطبعة الأولى

١٤٢١ هـ - ٢٠٠٠م

المقدمــة

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله وصحبه ومن تبعه إلى يوم الدين .. أما بعد :

قصة هذه الدراسة أو الكتاب تعود لتسع سنين مضت عندما كلفت لجنة التأصيل الإسلامي بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الباحث بالكتابة في هذا الموضوع ، وبعد الموافقة من اللجنة بخطابها المؤرخ في ١٤١٢/١/١١هـ بدأ الباحث بجمع بعض البيانات ، ولكنه كلف بعمل وكيل قسم علم النفس في الفترة (١٤١٢ - ١٤١٤هـ) ،بعدها كلف بعمل وكيل عمادة شؤون القبول والتسجيل للإرشاد الأكاديمي في الفترة (١٤١٤ - ١٤١٦هـ) فشغلته هذه الأعمال عن هذه الدراسة ، ولكن بتوفيق اللّه وتيسيره تقدم الباحث بخطة هذا البحث لمشروع تفرغ علمي للجامعة وذلك للعام الجامعي (١٤١٧ - ١٤١٨ هـ) فحصل على الموافقة. ومن خلال فترة التفرغ العلمي التي كان من ضمنها الرحلات العلمية إلى الولايات المتحدة الأمريكية وجمهورية مصر العربية والجمهورية العربية السورية والمملكة الأردنية الهاشمية ، حصل الباحث من خلال تلك الرحلات على كم جيد من المحتوى العلمي الذي خدم هذه الدراسة. وظل الباحث مستمراً في متابعة هذه الدراسة خلال تلك الفترة حتى تاريخ كتابة هذه المقدمة .

وسار الباحث في كتابة هذه الدراسة على منهج علمي قائم على التوثيق ومن ذلك :

أ - الاعتماد على نصوص الكتاب والسنة .

ب - الاقتصار على الأحاديث الصحيحة أو الحسنة دون سواها من الأحاديث . فكل ما ورد في هذه الدراسة هو أحد هذين النوعين،

وقد تم توثيق ذلك لكل حديث من غير الصحيحين في هامش الفصل .

ج - اعتمد الباحث أسلوب هامش نهاية الفصل ، وذلك بكتابة أرقام متسلسلة لكل فصل توضع في نهايته ويكتب فيها المصدر أو الإحالة أو توثيق درجة الحديث إذا كان من غير الصحيحين وفي أحيان قليلة استخدم هامش نهاية الصفحة لذكر إيضاح لكلمة أو عبارة في النص .

د - الرجوع إلى مؤلفات علماء السلف المختارين للدراسة (ابن الجوزي ، ابن تيمية ، ابن قيم الجوزية) بشكل مباشر ولأكبر عدد ممكن من مؤلفات كل عالم . ثم قراءتها واختيار ما يناسب منها لموضوعات الدراسة الحالية .

وقد حوت الدراسة الحالية تسعة فصول هي كما يلي :

الفصل الأول :

قدمت فيه أهمية الدراسة وأهدافها ومنهج البحث المتبع فيها وأخيراً أهم المصطلحات الواردة فيها .

الفصل الثاني:

عرضت فيه العلاقة بين التدين والصحة النفسية في الدراسات الأجنبية من خلال عرض تلك العلاقة من الجانب النظري في النظريات سواء ما كان منها يعكس علاقة إيجابية أو علاقة سلبية بين الموضوعين المطروحين في الدراسة . ثم قدم عرض لثمان وعشرين دراسة ميدانية أجنبية تناولت العلاقة بين التدين ومظاهر الصحة النفسية ثم التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية وأخيراً الخلاصة من تلك الدراسات .

الفصل الثالث :

عرضت فيه الدراسات العربية الميدانية وقد بلغ عددها أربعاً وعشرين دراسة قسمت إلى قسمين : دراسات التدين ومظاهر الصحة النفسية، ودراسات التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية ، ثم خلاصة تلك الدراسات .

الفصل الرابع :

وعرضت فيه ثماني عشرة دراسة محلية تناولت العلاقة بين التدين ومظاهر الصحة النفسية ، والتدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية ، ثم عرضت خلاصة لتلك الدراسات.

وقد بلغ مجموع الدراسات الميدانية التي عرضت في الفصول الثلاثة ٧٠ دراسة تعتبر مرجعاً مناسباً لطلاب وطالبات الدراسات العليا والجامعية وللباحثين بصورة عامة ، حيث وحّد الباحث طريقة عرضها .

الفصل الخامس :

عرضت فيه العلاقة في التراث الإسلامي من خلال مدخل قدمت فيه مراحل التعامل مع التراث من وجهة نظر الباحث . ثم قدمت آراء ثلاثة من علماء السلف هم : ابن الجوزي وابن تيمية وابن قيم الجوزية في ثلاثة مباحث مستقلة يقدم في كل مبحث ترجمة مختصرة للعالم ثم تعرض بعض آرائه ذات العلاقة بموضوع الدراسة .

الفصل السادس :

قدم الباحث من خلاله نموذجا بنائيا للصحة النفسية من منظور إسلامي . ففي البداية عرضت أهم المسلمات العامة لعلم النفس الغربي

وما يقابلها في التأصيل الإسلامي . ثم قدم النموذج بمراحله الأربع وجوانبه الخمسة .

الفصل السابع :

قدم فيه أساليب إسلامية للوقاية والعلاج من المشكلات النفسية التي سبق طرحها في الفصل الأول .

الفصل الثامن :

قدم فيه منظوراً إسلامياً للصحة النفسية من وجهة نظر الباحث ، وذلك من خلال استعراض عوامل الصحة النفسية والتي قسمت إلى قسمين: عوامل ذاتية، وعوامل بيئية .

الفصل التاسع :

وهو الفصل الأخير قدم الباحث فيه عدداً من التوصيات التي خرج بها من خلال هذه الدراسة .

وأخيراً قدمت مقترحات لدراسات قادمة يمكن أن يستفيد منها الطلاب والطالبات والباحثون في بحوثهم القادمة .

ويود الباحث أن يقدم الشكر والتقدير لكل من ساهم في ظهور هذه الدراسة إلى حيز الوجود ، من مجلس الجامعة والمجلس العلمي ومجلس كلية العلوم الاجتماعية بالرياض ومجلس قسم علم النفس لموافقتهم على جعل هذه الدراسة موضوعاً للتفرغ العلمي الذي حصل عليه خلال العام الجامعي(١٤١٧-١٤١٨هـ). والأستاذين الفاضلين اللذين حكمّا الدراسة ، حيث قدما ملحوظات قيمة استفاد منها الباحث كثيراً ، وكذلك جميع الزملاء في القسم وعلى الأخص الأستاذ الدكتور عبدالعزيز النغيمشي والدكتور صالح اللحيدان والدكتور عبدالله الصبيح والدكتور علي الحكمي، وكذلك الدكتور سعد الشدوخي من قسم التربية بالكلية،ومجموعة من

الأساتذة الزملاء الذين عرضت عليهم هذه الدراسة واستفاد الباحث من مناقشتهم لعدد من موضوعات هذه الدراسة، كما يشكر العاملين في عمادة البحث العلمي بالجامعة لجهودهم المشكورة في عدد من مراحل إعداد هذه الدراسة . ولا ينسى الباحث جهود العاملين في مكتبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية وجامعة الملك سعود وجامعة إنديانا بالولايات المتحدة الأمريكية وعدد من الجامعات المصرية والسورية والأردنية ، ومكتبة مؤسسة الملك فيصل الخيرية ومكتبة مدينة الملك عبدالعزيز للعلوم والتقنية وغيرهم ممن يصعب حصرهم.

وختاماً فهذا جهد بشري ما فيه من صواب فهو من اللّه وحده ،وما فيه من خطأ فهو من نفسي ومن الشيطان وأستغفر اللّه عنه . والباحث سعيد كل السعادة بأي ملحوظة يبديها كل من يقرأ هذه الدراسة ، سواء وصلت هاتفيا أو عن طريق الفاكس أو عن طريق البريد ، هذه من الأشياء التي يطمع الباحث أن يجدها من إخوانه القراء . وقد ورد عن رسول اللّه ﷺ أنه قال:«**المسلم للمسلم كالبنيان يشد بعضه بعضاً**» وشبك بين أصابعه .

والله الهادي والموفق إلى سواء السبيل .

اللهم اجعل أعمالنا خالصة لوجهك وعلى سنة نبيك محمد ﷺ.

والسلام عليكم ورحمة اللّه وبركاته ،،،

صالح بن إبراهيم الصنيع

الفصل الأول

المدخل

أولاً - أهمية الدراسة :

تعتبر المشكلات النفسية من أقدم المشكلات التي عانى منها الإنسان في كافة مراحل تاريخه، وعبر سنين هذه المعاناة تنقل الإنسان من طريقة إلى أخرى بحثاً عن علاج يريحه من هذه المعاناة. فكان يصل إلى العلاج من خلال رسالات رسل اللّه - عليهم السلام - التي تدله إلى طريق الشفاء من أمراض الأبدان والأنفس إذا اتبع الهدى وفعل الأسباب الموجبة للشفاء، ولكن في أحيان كثيرة كان لا يصل إلى الشفاء لعدم اتباعه مصابيح الهداية (الرسل - عليهم السلام) التي تدله على الطريق فيضيع في متاهات الخرافة والشعوذة والدجل البشري المتصل بالضلال الشيطاني، وقد كان ظهور الرسالة المحمدية للبشرية إيذاناً بقدوم منهج مستمر للبشرية لا يتبدل ولا يتغير إلى أن تقوم الساعة، ولذا احتوى هذا المنهج الرباني على كل ما يحتاجه الإنسان مادام على هذه الحياة في أي مجال من مجالات حياته . ومن هذه المجالات مجال علاج النفس مِمَّا تعانيه من علل تعكر صفو الحياة وتعيقها عن المضي نحو الهدف الذي رسم لها لتحققه في وجودها على هذا الكون .

والدراسات النفسية التي جاءت بعد الإسلام عند غير المسلمين تناولت المرض النفسي بحسب ما يسود في زمنها من مفاهيم، ففي العصور الوسطى كان العلاج يقوم على إنكار وجود الأمراض النفسية، وأنها شياطين يجب القضاء على الفرد الذي يعاني منها حتى يتم القضاء عليها، أو أن تحبس في أماكن معزولة وتقرأ عليها التعاويذ الدينية حتى تبرأ أو يموت الفرد، وتلا ذلك ما سمي بعصور النهضة الأوروبية التي تحول فيها الاهتمام إلى الدراسة الموضوعية الحسية لمظاهر المرض النفسي، فأوكل علاج هذه الأمراض لأطباء الأجسام يعالجونها كما يعالجون أي مرض

جسمي آخر . وفي القرنين التاسع عشر والعشرين ظهرت المدارس النفسية التي تعالج الأمراض النفسية معالجة مختلفة عن المعالجة الجسمية، وأصبحت هناك العديد من النظريات والطرق العلاجية لمختلف الأمراض النفسية وذلك بحسب ما تراه النظرية.

فهناك العلاج السلوكي من النظرية السلوكية، والعلاج بالتحليل النفسي من نظرية التحليل النفسي، والعلاج العقلي المعرفي من النظرية المعرفية وغيرها كثير. ولكن هذا التقدم الذي أصاب طرق علاج الأمراض النفسية لم يقللها بل استمرت في الزيادة رغم النجاحات التي تحققت في فترات زمنية متفاوتة سواء في التشخيص أو الأدوية أو المقاييس المستخدمة في التعرف على هذه الأمراض . ومن الملاحظ أن أبرز ما تم إهماله في الدراسات النفسية المذكورة هو الجانب الروحي ودوره فيما يعانيه الإنسان من أمراض نفسية، حيث ظل هذا الجانب منسيًّا في السواد الأعظم من الدراسات النفسية وذلك لأسباب عدة ليس هذا مجال استعراضها (لعل من أهمها تنحية الدين المسيحي عن مجالات الحياة المختلفة في أوروبا)، فكان النتاج ما نراه من عجز في طرق معالجة الأمراض النفسية في وقتنا الحاضر؛ لأنها اعتمدت في تعاملها مع الإنسان على الجانب المادي (الجسدي) منه وأهملت الجانب الآخر والأهم ألا وهو الجانب الروحي وحاجاته ودوره في الوقاية والعلاج من تلك الأمراض النفسية . إضافة لعدم إعطاء موضوع الصحة النفسية حقه من الاهتمام، وهذا على العكس مما لدى التصور الإسلامي الذي اهتم بالجانبين معاً صحة النفس ووقايتها.

ثانياً – أهداف الدراسة :

تسعى الدراسة الحالية لمحاولة استعراض الإطار النظري الذي يمكن أن تسير فيه العلاقة بين التدين والصحة النفسية، وكذلك العلاقة بين التدين وبعض المشكلات النفسية، لعل ذلك يفتح المجال لعدد من الدراسات الميدانية اللاحقة التي تنقل ما يرد في هذه الدراسة إلى الميدان الواقعي.

ويمكن تلخيص أهداف الدراسة بالأهداف الخمسة التالية :

١- تقديم نموذج بنائي للصحة النفسية من خلال الدراسات النفسية بالإضافة إلى ما يقدمه التصور الإسلامي في هذا الجانب .

٢- إظهار دور مستوى التدين في الوقاية من المشكلات النفسية .

٣- التعرف على العلاقة بين التدين وكل من الصحة النفسية أو المشكلات النفسية لدى ثلاثة من علماء المسلمين وهم ابن تيمية وابن القيم وابن الجوزي .

٤- التعرف على اتجاه العلاقة بين التدين والمشكلات النفسية في الدراسات الأجنبية والعربية والمحلية .

٥- تقديم مجموعة من التوصيات للمهتمين بالدراسات النفسية والتي تم التوصل إليها بعد إتمام الدراسة إضافة إلى الدراسات المقترح القيام بها لتخدم مجالات أخرى من مجالات الدراسة الحالية .

ثالثاً – منهج الدراسة :

منهج الدراسة هو المنهج الوصفي التحليلي وأحياناً يسمى لدى بعض المهتمين بمناهج البحث بالمنهج الوصفي الوثائقي[1]، وذلك لكون الدراسة

تسعى إلى التعرف على العلاقة بين التدين وكل من الصحة النفسية والمشكلات النفسية في إطار الدراسات النفسية ؛ والتصور الإسلامي الذي يؤكد الدور الإيجابي للدين في حياة الإنسان، من خلال ما كتبه المهتمون بالموضوع ومن خلال الدراسات التي سبق إجراؤها وتناولت هذه العلاقة .

رابعاً - مصطلحات الدراسة :

يهمنا فيما يلي استعراض المصطلحات ذات الصلة الوثيقة بالدراسة الحالية وهي :

أ - التدين .

ب - الصحة النفسية .

ج - الاختلالات النفسية .

(أ) التدين :

نظراً لاحتواء الدراسة الحالية على عدد من الدراسات الغربية (في فصل الدراسات السابقة) والتي يختلف مفهوم التدين فيها عن مفهومه في الإسلام، لذا سنعرض بعض التعريفات للتدين من وجهة نظر بعض الباحثين الغربيين، ثم نقدم التعريف الإسلامي للتدين .

عرف (قاموس هريتج الأمريكي) التدين (Religiousity) على أنه (حالة كون الفرد مرتبطاً بدين)[٢]. ووضع روربف وجيسر تعريفاً للتدين على أنه (صفة للشخصية تعود إلى توجهات عقلية (معرفية) عن الحقيقة الواقعة وراء نطاق الخبرة والمعرفة، وعن علاقة الفرد بهذه الحقيقة . والتوجهات موجهة ضمناً لكي تؤثر على الحياة الدنيوية اليومية للفرد، وذلك بمشاركته في تطبيق الشعائر الدينية)[٣] .

ويتضح من هذه التعاريف الاهتمام بالنواحي الخارجية في التدين ومشاركته في الشعائر الدينية، وخصوصاً الحضور للكنيسة يوم الأحد، وهذا يعكس مفهوم الغربيين عن الدين وكونه جانباً معزولاً عن غيره من جوانب الحياة، بحيث يبقى مرتبطاً بالحياة الوجدانية والمعرفية الخاصة بكل فرد وأسلوبه في الحياة .

ولكن في الإسلام المنظور يختلف حيث ورد تعريف التدين في لسان العرب لابن منظور حيث قال : (تدين به فهو دين ومتدين . ودينت الرجل تديينا إذا وكلته إلى دينه . والدين الإسلام، وقد دنت به . وفي حديث علي، عليه السلام : محبة العلماء دين يدان به . والدين : العادة والشأن)[٤] .

ويتضح من التعريف اللغوي أن التدين هو ملازمة الإسلام في كل شيء يأتي به المسلم بحيث يصبح من عادته وشأنه الالتزام بما ورد عن الإسلام في كل صغيرة وكبيرة .

لذا يربط التدين في الإسلام بكل من الاعتقاد في القلب والقول باللسان والعمل بالجوارح . قال شيخ الإسلام ابن تيمية : «وقد حكى غير واحد إجماع أهل السنة والحديث على أن الإيمان قول وعمل . قال أبو عمر بن عبدالبر في «التمهيد» : أجمع أهل الفقه والحديث على أن الإيمان قول وعمل، ولا عمل إلاّ بنية ... سائر الفقهاء من أهل الرأي والآثار بالحجاز والعراق والشام ومصر ... فقالوا : الإيمان قول وعمل، قول باللسان وهو الإقرار واعتقاد بالقلب وعمل بالجوارح مع الإخلاص والنية الصادقة»[٥] . وفي هذا الاقتباس يمكن أن نقول إن معنى التدين يقابل معنى الإيمان الوارد في النص السابق.

وعلى ذلك يمكن أن نعرف التدين الإسلامي بأنه :

التزام المسلم بعقيدة الإيمان الصحيح (الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله وباليوم الآخر وبالقدر خيره وشره)، وظهور ذلك على سلوكه بممارسة ما أمره الله به والانتهاء عن إتيان ما نهى الله عنه .

كما يمكن تعريف التدين لدى المسلمين وغير المسلمين، وفق الدراسة الحالية، بأنه : التزام الفرد بتعاليم الدين مما يساعده على الوقاية من الاختلالات النفسية، كما يساعده ذلك على معالجتها إذا أصيب بها .

(ب) الصحة النفسية :

عرَّفت موسوعة علم النفس والتحليل النفسي الصحة النفسية بأنها (التوافق السليم والشعور بالصحة والرغبة في الحياة)(٦).

وقد عرَّفت لجنة خبراء الصحة العالمية في منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية بأنها (قدرة الفرد على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين والمشاركة في تغيير وبناء البيئة الاجتماعية والطبيعية التي يعيش فيها . وإشباع حاجاته الأساسية بصورة متوازنة وإنماء شخصية قادرة على تحقيق الذات بصورة سوية)(٧) .

وقدم العديد من الباحثين في علم النفس عدداً من التعريفات للصحة النفسية التي تدور حول محور من المحاور التالية :

- الخلو من الأمراض والاضطرابات النفسية .
- الخلو من الانحرافات .
- تحقيق التوازن بين كافة المطالب .
- تحقيق التوافق النفسي .
- تحقيق الذات .

- الحصول على السعادة .
- حسن الخلق، وهذا المعنى قدمه مرسي في دراسته للصحة النفسية حيث قال : (إن حسن الخلق يجعل المسلم معافاً في بدنه، في سلام مع نفسه وانسجام مع الناس، وقرب من اللّه، فيشعر بالصحة النفسية)، ومن علاماتها الآتي :

١- الخلو من التوترات الزائدة .

٢- الاعتدال في تحصيل حاجات الجسم والنفس والروح .

٣- حسن التوافق مع الناس .

٤- المسايرة وطاعة أولي الأمر في المجتمع .

٥- الرضا عن النفس .

٦- الاكتفاء باللّه عن الناس .

٧- الاجتهاد في تنمية النفس .

٨- الاستمتاع بعمل الصالحات .

٩- الإخلاص في العمل .

١٠- الإقبال على الآخرة [٨].

ويمكننا أن نقدم التعريف التالي للصحة النفسية بما يوافق غاية الدراسة الحالية :

الصحة النفسية هي حالة من التكامل المستمر مع الفرد في نمو وإشباع جوانبه الجسمية والروحية والعقلية والانفعالية والاجتماعية بشكل سوي.

(ج) الاختلالات النفسية :

تم اختيار مصطلح الاختلالات النفسية بهدف تحديد بعض مظاهر الاختلالات التي تصيب الفرد وتنحرف به عن الصحة النفسية . وهو مصطلح وضعه الباحث ليندرج تحته ثلاثة أنواع من أنواع الاختلالات النفسية، اثنان منها أخذت من تصنيف الرابطة الأمريكية لأطباء الأمراض العقلية الذي صدر عام ١٩٥٢م. والثالث إضافة الباحث لكونه لم يرد في ذلك التصنيف، ولأن الدين الإسلام تحدث عنه بشكل لم تشر إليه الدراسات النفسية.

وقبل أن نورد الأنواع الثلاثة نقدم ترجمة للمقصود بالاختلال النفسي كما ورد في النسخة الثالثة المعدلة من التصنيف المذكور أعلاه والتي صدرت عام ١٩٨٧م.

الاختلال النفسي هو (العرض أو النمط النفسي أو السلوكي البارز إكلينيكياً، والذي يظهر على الفرد، ويرتبط بضغوط ظاهرة (أعراض مؤلمة أو عدم القدرة) ضعف في منطقة هامة أو أكثر من الناحية الوظيفية مع خطورة واضحة ومتزايدة للمعاناة من الموت أو الألم أو عدم القدرة أو فقدان مهم لحرية الفرد[٩].

والآن نعود لعرض المجموعات الكبرى للاختلالات والتي وردت في الطبعة الأولى للتصنيف المذكور الصادر عام ١٩٥٢م في ثلاث مجموعات.

- **أولاً - اختلالات ذات أصل نفسي (نفسية المنشأ) :**

أ - الاختلالات العصابية : عصاب الصدمة، استجابة القلق، توهم المرض، الاستجابة التحويلية، استجابة التفكك، المخاوف المرضية، عصاب الوساوس القهرية، الاكتئاب الاستجابي .

ب - الاختلالات النفسجسمية (السيكوفيزلوجية) : استجابات الجلد، استجابات الجهاز العظمي والعضلي، استجابات تنفسية، استجابات الجهاز الدوري، استجابات الجهاز الهضمي .

ج - الاختلالات الخلقية أو الأخلاقية : الاستجابات المناهضة للمجتمع، استجابات الانسلاخ عن المجتمع، أنواع الإدمان، الانحرافات الجنسية .

د - الاختلالات الذهانية .

■ **ثانياً - اختلالات ذات أصل عضوي (عضوية المنشأ):**

أهمها : أنواع الالتهابات، عوامل التسمم، الصدمات (إصابات الرأس)، التقدم في السن، استجابات تشنجية .

■ **ثالثاً - التأخر أو التخلف العقلي :**

أهمها : الالتهابات، الصدمات، اختلالات في الأيض أو النمو أو التغذية، تأثيرات وقعت في فترة ما قبل الميلاد [١٠].

وقد قام الباحث باختيار الاختلالات النفسية المنشأ ثم اختار منها الاختلالات العصابية والاختلالات الخلقية، للأسباب التالية :

١- عدم ارتباطها بأصل عضوي .

٢- تظهر في حالات سوء التوافق من الفرد سواء مع نفسه أو مع بيئته الطبيعية أو الاجتماعية .

٣- الفرد المصاب بها يظل على صلة بالحياة الواقعية ولا ينفصل عنها .

٤- الفرد المصاب بها يشعر بأنه مصاب ويسعى لعلاج حالته غالباً .

٥- يمكن التعامل معها بصور العلاج القائمة على مشاركة الفرد المصاب في العلاج.

وأضاف الباحث النوع الثالث الذي يمكن أن نسميه الاختلالات الانفعالية . وعلى هذا يشمل مصطلح الاختلالات النفسية الوارد في هذه الدراسة الاختلالات الثلاثة التالية :

- **أولاً - الاختلالات العصابية :**

عصاب الصدمة، استجابة القلق، توهم المرض، الاستجابة التحويلية، استجابة التفكك، المخاوف المرضية، عصاب الوساوس القهرية، الاكتئاب الاستجابي .

- **ثانياً - الاختلالات الأخلاقية :**

الاستجابات المناهضة للمجتمع، استجابات الانسلاخ عن المجتمع، أنواع الإدمان، الانحرافات الجنسية .

- **ثالثاً - الاختلالات الانفعالية :**

الغضب، الكذب، الحسد، الغيرة، الحقد، الكراهية، الضغينة، الشحناء، الغيبة، النميمة، البهتان، التكبر، الأثرة . (وما يدخل معها مما يسميه العلماء المسلمون أمراض الباطن) .

هوامش الفصل الأول

(١) العساف، صالح حمد، المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية . سلسلة البحث في العلوم السلوكية ،الكتاب الأول . الطبعة الأولى، الرياض، ١٤٠٩هـ، ص ٢٠٧.

(٢) The American Heritage Dictionary. Second College Edition. Boston : Houghton Mifflin Company, 1982. p.1044.

(٣) Rohrbaugh, J. & R. Jessar. Religiousity in Youth :A Personal control aginst deviant behaviour, Journal of Personality, 1975 March, 43 (1) p.137.

(٤) ابن منظور، لسان العرب . خمسة عشر مجلداً . بيروت : دار صادر . (د.ت) . المجلد الثالث عشر، ص , ١٦٩.

(٥) ابن تيمية، أحمد، مجموع فتاوى شيخ الإسلام أحمد بن تيمية . جمع وترتيب عبدالرحمن بن قاسم . الرئاسة العامة لشؤون الحرمين الشريفين (د.ت) . المجلد السابع، ص ٣٣٠ .

(٦) الحفني، عبدالمنعم – موسوعة علم النفس والتحليل النفسي . القاهرة : مكتبة مدبولي، جزءان، ١٩٧٨، الجزء الأول، ص ٤٧٢ .

(٧) الطحان، محمد خالد، مبادئ الصحة النفسية، دبي : دار القلم، الطبعة الأولى، ١٤٠٧هـ، ص٤٧ .

(٨) مرسي، كمال إبراهيم، المدخل إلى علم الصحة النفسية . الكويت : دار القلم، ١٤٠٩هـ . ص ص , ١١٣ ـ ١١٥.

(٩) Diagnastic and Statistical Manual of mental Disorders. Third Edition - Revised, DSM -111-R. Washington. DC: American Psychiatric Association, 1987, p. XXII.

(١٠) سوين، ريتشارد، علم الأمراض النفسية والعقلية، ترجمة أحمد سلامة، القاهرة : دار النهضة العربية، ١٩٧٩م، ص ص ٧١ ـ ٧٤.

الفصل الثاني

العلاقة بين التدين والصحة النفسية في الدراسات الأجنبية

المبحث الأول : العلاقة في الدراسات النظرية.

المبحث الثاني : العلاقة في الدراسات والبحوث الميدانية.

المبحث الأول
العلاقة في الدراسات النظرية

تختلف الدراسات النظرية في تفسيرها للعلاقة بين التدين والصحة النفسية تبعاً للموقف الذي تتبناه تجاه الدين ودوره في حياة الأفراد، وسنعرض فيما يلي اتجاهين متضادين في تفسير هذه العلاقة، الاتجاه الأول ويمكن أن نسميه اتجاه العلاقة الإيجابية وهو الذي يرى أن ارتفاع مستوى تدين الأفراد يرافقه ارتفاع مستوى صحتهم النفسية والعكس بالعكس. والاتجاه الثاني يمكن أن نسميه اتجاه العلاقة السلبية وهو الذي يرى أن ارتفاع مستوى تدين الأفراد يرافقه انخفاض مستوى صحتهم النفسية، لأن التمسك بالدين يصيب الأفراد بأمراض نفسية .

أولاً - العلاقة الإيجابية :

يرى مؤيدو هذا الاتجاه أن تمسك الأفراد بتعاليم دينهم تزيد من مستوى صحتهم النفسية، وأن في تعاليم الدين ما يساعد الأفراد على التغلب على كثير من مشكلاتهم النفسية. وهؤلاء المؤيدون ليسوا من مدرسة نفسية واحدة بل من أكثر من مدرسة، ولعل من أشهرهم في هذا المجال:

١- كارل يونج (١٨٧٥- ١٩٦١م):

عالم التحليل النفسي المعروف. والذي تناول دور الدين وأثره في سلوك الإنسان في عدد من مؤلفاته. ولعلنا ننقل بعض ما جاء فيها :

ففي أهمية وجود اللَّه والإيمان به ودور ذلك في فهم النفس البشرية نجده يقول: (لقد كان اللَّه الكائن الأكثر واقعية والعلة الأولى التي بفضلها وحدها كان يمكن فهم النفس)[1] .

كما ينتقد يونغ الباحث الغربي عندما فصل العالم إلى روح وطبيعة فركز على الطبيعة وأهمل الروح مما أدى به إلى تخبطات كثيرة محاولاً من خلالها الوصول إلى الأثر الروحي ولكنه لم يستطع ذلك .

يقول يونغ: (حين انفصم العالم الأصلي إلى روح وطبيعة آثر العالم الغربي الطبيعة التي كان أميل إليها مزاجياً وطالما تخبط فيها عبر كل محاولاته المضنية اليائسة لكي يتروض).[٢]

ويؤكد يونغ دور القلب في السلوك كما جاء الإسلام بذلك مما ساعد على انتشاره وانتشار ثقافته، وينتقد الغربيين بتركيزهم على العقل فيقول: (إن قوى القلب هي غالباً العوامل التي تنتزع القرار في نهاية المطاف في الخير كما في الشر. وإذا ما أبت هذه القوى أن تهب لنجدة العقل فإنه يبقى عاجزاً في أغلب الأحيان. فهل حمانا عقلنا و مقاصدنا الخيرة من اندلاع الحرب العالمية أو من أية سخافة كارثية أخرى ؟ وهل نجمت أعظم الانقلابات الروحية والاجتماعية عن العقل ؟ وهل كان العقل هو الذي بادر إلى تحويل الحياة الاقتصادية القديمة مانحاً إياها الصيغة التي كانت لها في العصر الوسيط أو أنه هو الذي أدى إلى الانتشار شبه الانفجاري للثقافة الإسلامية؟) [٣].

وفي كتاب آخر ليونغ يؤكد أهمية الدين للإنسان ويرى أنه جزء من البناء النفسي للشخصية الإنسانية لا غنى عنه، فيقول: (إنه لواضح في أي علم نفس يمس البناء النفسي للشخصية الإنسانية لا يمكنه إغفال حقيقة أن الدين ليس فقط ظاهرة نفسية اجتماعية تاريخية، ولكنه كذلك يعتبر شيئاً مهماً للذات الشخصية لعدد كبير جداً من الناس).[٤]

ويرى يونغ أن ازدياد ارتباط الفرد بالدين يزيد صحته النفسية، بل إنه يؤكد أن فقد معنى الروح ودورها هو سبب معظم الأمراض النفسية،

وسننقل فقرة كاملة من أحد كتبه تحت عنوان شمولية المعالجة، حيث يقول: (كان ثمة إلى هذه الساعة زعمٌ شائع في الطبابة مؤداه أننا نستطيع وأن علينا مداواة المرض ومعالجته بحد ذاته بيد أننا صرنا نسمع في الآونة الأخيرة أصواتاً مسؤولة تخطّئ هذا الرأي داعيةً إلى معالجة الشخص المريض لا إلى معالجة المرض. تلك ضرورة تفرض نفسها علينا أيضاً في معالجة الأدواء النفسية. فإمعان النظر في المرض المرئي لا يشكل شيئاً إذا لم تشمل نظرتنا الفرد بكليته. ذلك أنه وجب علينا الإقرار بأن المعاناة النفسية لا تنحصر تحديداً في ظواهر متموضعة ومحدَّدة بدقة بل إن هذه الظواهر أعراض لموقف خاطئ في الأساس اتخذته الشخصية برمّتها. لعلّنا إذاً نحجم عن توقع شفاء صحيح من خلال معالجة الأعراض وحدها فما من أملٍ لنا إلاّ بمعالجة الشخصية بكليتها.

تحضرني بهذه المناسبة حالة قوية الدلالة: إنها حالة شاب لامع الذكاء كان قد توصل إلى تحليل مؤاتٍ لعصابه من خلال انكبابه على دراسة متأنية له في الأدب الطبي. وذات يوم جاءني حاملاً إليَّ دراسته في صيغة سيرة ذاتية محبوكة السبك تصلح مقالاً للنشر وقد رجاني أن أقرأ مخطوطه وأقول له لماذا لم يُشفَ بعد في حين أن معارفه العلمية تؤكد له وجوب ذلك. ورأيت بعد قراءتي للمخطوط بأن عليّ الإقرار بوجوب شفائه الأكيد من معاناته لو كان يكفي المريض لكي يُشفى أن يعرف البنيان السببي لعصابه. أما وأن الشفاء لم يحصل فلأن السبب كان قائماً بلا شك في خطأ أساسي يتعلّق بموقفه العام إزاء الحياة ويتموقع على ما يبدو خارج مناشئية أعراض العصاب. بيد أنه اتضح لي من ادّكاره anamnése وليس دون دهشة بأنه كان في الغالب يمضي الشتاء في سان موريتز أو في نيس ولمَّا سألته عمَّن كان يؤمّن له نفقات الإقامة تبيّن لي أن ثمة معلمة

فقيرة كانت تحبه وتقتصد من طعامها اليومي المال الضروري لمتطلباته السياحية. لقد كانت هذه اللا أخلاقية مبعث العصاب وهي ما يفسّر عدم فاعلية الفهم العلمي. كان خطأ الأساس يكمن هنا في الموقف الأخلاقي. بيد أن المريض وجد رأيي بعيداً عن العلمية من حيث إن الأخلاق لا تمت إلى العلم بصلة. لقد كان يعتقد أنه يمكننا باسم العلم إلغاء فسقٍ لم يكن هو نفسه في قرارة نفسه يتحمله ؛ فحسبه الإدعاء بعدم وجود نزاع بما أن حبيبته هي التي كانت تمنحه المال بطيبة خاطر. يمكن للمرء أن يستعرض شتى المماحكات العلمية لكن ذلك لا يمنع أن الأكثرية العظمى من الأفراد المتحضرين لا يتحمَّلون مثل هذا الموقف، الموقف الأخلاقي عامل واقعي على النفساني أن يأخذه بالحسبان إذا كان يريد ألاّ يقع في أفدح الأخطاء. وهناك أيضاً معتقدات دينية غير مبنية على العقل ليس أقل من ضرورة حياتية لبعض الأشخاص. نحن هنا مرة أخرى بإزاء وقائع نفسية قد تسبب أمراضاً وقد تشفي منها ؛ فكم من مرضى سمعتهم يقولون: «لو كنت أعرف معنى وجودي وغايته إذاً لما حصل لي كل هذه الاضطرابات العصابية !». وسواء أكان هذا الشخص غنيا أم فقيراً، ذا أسرة ومركز اجتماعي أم لا، ليس هذا ما يهم ولكن هل يكفي هذا ليعطي معنى لحياته ؟ الأمر هنا يتعلق بالحري بما نسمّيه حياة روحية تقتضيها ضرورة لا عقلية، حياة لا يجدها في الجامعات ولا في المكتبات ولا حتى في الكنائس إذ ليس بإمكانه أن يقبل ما يقدّم له فيها، شيئاً ما يخاطب العقل لكنه لا يحرّك القلب. ففي حالاتٍ كهذه يصبح اعتراف الطبيب بالعامل الروحي ذا أهمية حيوية مطلقة، أهمية سوف تشير الخافية إليها بإنتاجها في الأحلام مثلاً مضامين ذات طبيعة دينية في جوهرها، لذلك فإن تجاهل المصدر الروحي لهذه المضامين قد يؤدي بالطبيب إلى معالجة غير موفقة وإلى إخفاق.

إن التصورات الروحية العامة هي في الواقع عنصر مكوّن لا غنى عنه في الحياة النفسية ونجدها لدى كل الشعوب المتمتّعة بوعي ثاقب إلى حدٍّ ما، لذلك يجب اعتبار غيابها النسبي أو حتى نكرانها الموجب عند شعوبٍ علامةً على الانحلال)(٥).

وختاماً نقدم عبارة أكد فيها يونغ ارتباط الدين بالصحة النفسية للأفراد، وأن سبب الأمراض هو فقدان النظرة الدينية لدى هؤلاء المصابين بتلك الأمراض، حيث يقول: (أود أن ألفت الانتباه إلى الحقائق التالية، فإنه خلال الثلاثين سنة الماضية، جاء إليّ أفراد من كل البلدان المتقدمة في العالم من أجل استشارتي، ومئات من المرضى مروا عليّ للعلاج، معظمهم من البروتستانت وعدد أقل من اليهود وما لا يزيد عن خمسة أو ستة من الكاثوليك، من ضمن كل المرضى الذين جاءوا إلي، وهم في النصف الثاني من أعمارهم أي أنهم فوق سن ٣٥ سنة، ليس منهم واحد لم تكن محصلة مشكلته افتقاده لنظرة دينية في الحياة. أنه من المأمون القول إن كل واحد منهم شعر بالمرض لأنه فقد المعنى الديني للحياة في المرحلة العمرية التي يعيشها من هم في مثل سنه، ولم يشف منهم الذي لم يتمكن من استعادة نظرته الدينية للحياة. وهذا بالطبع ليس له علاقة من أي نوع كانت مع عقيدة معينة أو عضوية في كنيسة معينة).(٦)

٢- فيكتور فرانكل:

صاحب نظرية العلاج بالمعنى، وهي من النظريات التي تعطي منزلة عالية للأبعاد العقلية والروحية للإنسان، على أنها من أهم الأبعاد المساهمة في صحته النفسية.

فقد أكد فرانكل أن الإنسان يمكن أن يتعرض للإحباط الواقعي أو كما يسميه الإحباط الوجودي لعدم معرفة الإنسان لبعده العقلي أو الروحي

في الحياة حيث يقول: (قد تتعرض إرادة المعنى عند الإنسان أيضاً إلى الإحباط، وهو مايعرف(بالإحباط الوجودي) وفقاً لنظرية العلاج بالمعنى... وقد يتمخض الإحباط الوجودي أيضاً عن المرض النفسي. ولهذا النمط من المرض النفسي يبتكر العلاج بالمعنى مصطلح (العصاب المعنوي المنشأ) خلافاً للعصاب بمعناه الشائع لهذه الكلمة، أي خلافاً للعصاب النفسي المنشأ. ولا يكمن أصل العصاب المعنوي المنشأ في البعد النفسي ولكن بالأحرى في البعد (العقلي أو الروحى) noological. (وهي مأخوذة من الكلمة اليونانية (noos) وتعني العقل) للوجود الإنساني. وهذا مصطلح آخر للعلاج بالمعنى يشير إلى أي شيء يتعلق بالمحور (العقلي) أو (الروحي) من شخصية الإنسان)[٧].

ويرى فرانكل أن العلاج بالمعنى يتميز بقدرته على التعامل مع النواحي الروحية للإنسان لذا فهو مناسب لعلاج حالات المرض النفسي المعنوي المنشأ حيث يقول: (من الواضح أنه في حالات المرض النفسي المعنوي المنشأ لا يكون العلاج الملائم والفعال هو العلاج النفسي بصورة عامة وإنما يكون هو بالتحديد العلاج بالمعنى - وهو ذلك العلاج الذي يجرؤ على الدخول إلى البعد المعنوي الروحي من الوجود الإنساني. وفي الواقع إن المقصود بمصطلح (Logos) باليونانية ليس (المعنى) فحسب وإنما هو (الروح) أيضاً. فالمشكلات المعنوية الروحية، مثل طموح الإنسان إلى وجود ذي معنى وكذلك مثل إحباط هذا الوجود ؛ كل هذه يجري تناولها بواسطة العلاج بالمعنى على أساس مفاهيم معنوية روحية)[٨].

ويصف فرانكل الضيق والقلق المتعلق بالحياة وحتى اليأس منها بأنه راجع لضعف الناحية الروحية للإنسان فيقول: (ويمكن أن نقول إن اهتمام الإنسان بالحياة وقلقه بشأن جدارتها وحتى يأسه منها لا يخرج أحياناً عن

كونه ضيقًا معنويا روحيا وليس بالضرورة أن يكون مرضًا نفسيا بحال من الأحوال. وهنا يكون تفسير هذا الضيق المعنوي أو الروحي على أنه مرض نفسي هو ما يدفع الطبيب إلى أن يدفن اليأس الوجودي عند مريضه تحت كومة من العقاقير المهدئة، ولكن مهمته هي بالأحرى أن يقود المريض من خلال أزماته الوجودية إلى النمو والارتقاء)[٩].

ثم يبين فرانكل الفرق بين علاجه بالمعنى والتحليل النفسي من خلال اهتمامه بالقيم الروحية لدى الإنسان وبالمعنى من الحياة فيقول: (إن الفرق الأساس بين العلاج بالمعنى وبين التحليل النفسي، أن العلاج بالمعنى يعتبر الإنسان كائناً ينصب اهتمامه الرئيس على تحقيق المعنى وتحقيق القيم، بدلاً من أن يهتم بمجرد إرضاء أهوائه وإشباع حوافزه وغرائزه، أو بدلاً من أن يهتم بمجرد إحداث مصالحة بين المطالب المتصارعة التي يفرضها الهو والأنا والأنا الأعلى، أو بدلاً من أن يهتم بمجرد المواءمة والتكيف للمجتمع والبيئة)[١٠].

وأخيراً يؤكد فرانكل أن الشخص الذي لديه معتقدات دينية فإنه من المفيد توظيفها في علاجه إذا كان مريضاً نفسيا وهذا مما يحسب للطبيب النفسي فيقول:

(حينما يكون المريض واقفاً على أرض صلبة من الاعتقاد الديني، فلا يمكن أن يكون هناك اعتراض بشأن الاستفادة من التأثير العلاجي لمعتقداته الدينية مما ينبع من المصادر الروحية ويعتمد عليها)[١١].

٣- إبراهام ماسلو (١٩٠٨ - ١٩٧٠م) :

وهو أبرز علماء المدرسة الإنسانية في علم النفس، وقد دعا ماسلو إلى أن تتحول الدراسات النفسية من التركيز على قضايا التحليل النفسي والوصف الآلي للسلوك إلى الدراسة الواسعة الإيجابية للسلوك الإنساني

بما فيها من أخلاق وقيم، فيقول: (علم النفس مطالب بأن يتحول أكثر إلى دراسة الفلسفة والعلم والجمال وخاصة الأخلاق والقيم)[١٢].

وقد انتقد فلسفة علم النفس القائمة على السطحية وشدد على ضرورة الاهتمام بالخبرات العميقة والراقية كالقيم، فقال: (تتضمن فلسفة علم النفس، بالمعنى الذي استخدم به المصطلح، دراسة القيم. ينبغي أن تبحث فلسفة العلم في المعنى والهدف من العلم: كيف يعمل على إغنائنا؟ ينبغي أن تتضمن كذلك فلسفة الجمال الابتكارية والخبرات الأرقى والأعمق التي يقدر عليها الإنسان - ما أطلق عليه قمة الخبرات Peak - Experiences ذلك هو الطريق الذي نتجنب به السطحية، ونقر فيه بمستوى عال من الطموح بطريقة مناسبة)[١٣].

ويؤكد ماسلو على أهمية الصحة النفسية للإنسان وضرورة إعطائها ما تستحقه من الاهتمام وزيادة العلم والمعرفة بدل الخطأ الحاصل وهو التركيز على المعرفة عن المرض النفسي فيقول :

(أود أن أؤكد على المثال الوحيد الأكثر أهمية لهذا الخطأ، ألا وهو التناقض بين معرفتنا عن المرض النفسي واهتمامنا غير الكافي تماماً بالصحة النفسية. وأستطيع فهم هذا التباين، لأن جهودي لدراسة الناس الأصحاء قد علمتني مدى صعوبة المهمة، التي تختلط مع المنعطفات الفلسفية المتعددة، وخاصة في مجال نظرية القيم)[١٤].

ويدعو ماسلو علماء النفس للاستفادة من العلماء في المجالات الأخرى ومن أهمهم رجال الدين حيث يقول :

(لقد قدم علماء الدين ... فلسفات عن الطبيعة الإنسانية. وعلينا أن نحترم هذه النظريات شأنها في ذلك شأن نظريات علم النفس غالباً، ونستخدمها كأطر مرجعية بهدف النقد واستثارة التجارب)[١٥].

ونختم مقولات ماسلو بتأكيده على دراسة الروح الإنسانية الموجودة في عمق التركيب الإنساني ودورها الإيجابي في صحته النفسية كما عرض ذلك العلماء في البلدان الشرقية مهبط الديانات في العالم، حيث يقول:

(حينما ندرس الشخصية في العمق بدلاً من السطح، بأنه بقدر ما ننفذ أعمق، بقدر ما نجد عمومية أكثر. ففي المستويات الأعمق لدى الناس يبدون في تشابه أكثر مما يختلفون. ولذا إذا استطاع الفرد أن يصل إلى هذه الأعماق داخل نفسه، عادة بمساعدة المعالج، يكتشف ليس ذاته فحسب ولكن أيضاً الروح الإنسانية الكاملة، ويعرف هذا دائماً علماء النفس غير الأكاديميين في الشرق، ونحن في الغرب ينبغي أن نتعلمه كذلك)[١٦].

ثانياً - العلاقة السلبية :

حيث يرى أصحاب هذا الاتجاه أن الدين سبب للإصابة بالأمراض النفسية، وهذا واضح لدى زعيم مدرسة التحليل النفسي سيجموند فرويد (١٨٥٦-١٩٣٩م).

وسنحاول فيما يلي استعراض أهم أفكاره في هذا الموضوع والتي ظهرت بشكل واضح في كتابيه (قلق في الحضارة) و (مستقبل وهم) وخصوصاً هذا الأخير، والذي خصصه لمهاجمة الدين ودوره في حياة الناس. وسيتم ذلك في نقاط متتالية وفق ما يلي :

١- يتناول فرويد المصاعب والمشاق التي تنغص على الإنسان سعادته وصحته النفسية ويصف لها مسكنات فيقول: (إن حياتنا، كما هي مفروضة علينا، ثقيلة الوطء، وتغل أعناقنا بكثرة كثيرة من المشاق والخيبات والمهام الكأداء. وحتى نستطيع لها احتمالاً، فلا غنى لنا عن المسكنات ... ولعل المسكنات على أنواع ثلاثة: أولها إلهيات قوية تتيح

لنا أن نعتبر بؤسنا هيناً أمره، وثانيها إشباعات بديلة تخفض من وطأته، وأخيرها مخدرات تفقدنا الإحساس به. وليس لنا عن واحدة على الأقل من هذه الوسائل غناء)[١٧].

وواضح اعتبار فرويد في هذه العبارة الدين مسكنًا مشابهًا للمخدرات وهي مغالطة فكرية وعلمية لا تقوم على أساس .

٢- يربط فرويد بين السعادة وبين قطع الإنسان صلته بالواقع وبالدين لأن الدين هذيان جماعي فيقول: (ثمة طريقة أخرى أكثر جذرية وأبعد شأوا، طريقة ترى في الواقع العدو الأوحد، ينبوع كل ألم. فبما أن الواقع يجعل حياتنا مستحيلة لا تطاق، فلا بد من قطع كل صلة به، إذا كنا نحرص على السعادة بصورة من الصور ... متى ما سعت الكائنات البشرية بأعداد كبيرة إلى تأمين السعادة لنفسها وإلى الاحتماء من الألم بواسطة تشويه خرافي للواقع (الدين). والحال أن أديان البشرية يجب أن تعتبر هذيانات جماعية من هذا النوع)[١٨].

٣- يرى فرويد أن الدين هذيان وأنه يشوه الواقع ويزجر العقل ولا يحقق السعادة التي يبتغيها الإنسان فيقول: (إن الدين يضر بلعبة التكيف والانتخاب تلك، إذ يفرض على الجميع، وعلى نسق واحد، طرقه الخاصة للوصول إلى السعادة وللفوز بالمناعة ضد الألم. وتقوم خطته على تخفيض قيمة الحياة وعلى تشويه صورة العالم الواقعي تشويهاً بالغاً، وهذا نهج يتخذ مسلمة له زجر العقل وتخويفه. وبهذا الثمن يفلح الدين، بإلباسه أتباعه بالقوة ثوب طفولة نفسية وبزجهم جميعاً في هذيان جماعي)[١٩].

٤- يقرر فرويد أن الإنسان محروم من السعادة لأن الحضارة تحرمه من ممارسة الجنس والعدوان فيقول: (إذا كانت الحضارة تفرض مثل

هذه التضحيات الباهظة، لا على الجنسية فحسب بل أيضاً على العدوانية، فإننا نفهم في هذه الحال فهماً أحسن لماذا يعسر على الإنسان غاية العسر أن يجد في ظلهما سعادته. وبهذا المعنى، كان الإنسان البدائي محظوظ القسمة في الواقع لأنه ما كان يعرف أي تقييد لغرائزه. وبالمقابل، كان اطمئنانه إلى التمتع مطولاً بمثل هذه السعادة واهياً للغاية. وقد قايض الإنسان المتحضر قسطاً من السعادة الممكنة بقسط من الأمان)[٢٠].

٥- يرى فرويد أن الشعور بالذنب الذي جاءت به الأديان هو مشكلة الحضارة ويسبب نقصا في شعورنا بالسعادة فيقول: (كان قصدنا رغم كل شيء أن نصور الشعور بالذنب على أنه المشكلة الرئيسة لتطور الحضارة، وأن نبين، فضلاً عن ذلك، لماذا يتوجب علينا دفع فاتورة تقدم هذه الأخيرة بنقصان في السعادة ناجم عن تعزيز ذلك الشعور)[٢١].

٦- وإذا أردنا أن نعرف التعليل النفسي التحليلي لتكوين الأديان لدى فرويد فنجده يربطه بمرحلة الطفولة وحاجة الطفل للحماية مما يؤدي إلى وجود الآلهة، حيث يقول: (التعليل النفسي التحليلي لتكوين الأديان هو هو نفسه، كما هو متوقع، المساهمة الطفلية في تعليله الظاهر... حين يتبين الطفل، وهو يشب ويترعرع، أنه مقضي عليه بأن يبقى أبد حياته طفلاً، وأنه لن يكون في مقدوره أبداً أن يستغني عن الحماية من القوى العليا والمجهولة، يضفي عندئذ على هذه القوى قسمات وجه الأب، ويبتدع لنفسه آلهة، آلهة يخشى جانبها ويسعى إلى أن يحظى بعطفها ويعزو إليها في الوقت نفسه مهمة حمايته. وهكذا يتفق حنين الطفل إلى الأب مع ما يحس به من حاجة

إلى حماية بحكم الضعف البشري ؛ كما أن رد فعل الطفل الدفاعي حيال شعور الضيق يتفق ورد فعل الراشد حيال الشعور بالضيق الذي يخالجه بدوره، والذي يتولد عنه الدين وسماته المميزة)[٢٢]. وواضح في هذا النص الرأي البعيد عن العلمية لعدم وجود مايسنده علميا ولتناقضه مع الفطرة السليمة للإنسان التي تعرف الإله الواحد سبحانه وتعالى. وسنؤجل الرد على آراء فرويد إلى أن ننتهي من عرضها .

٧- يعود فرويد للتأكيد على أن الأديان توهمات وأن سبب وجودها هو الخوف الطفلي والقلق الإنساني إزاء أخطار الحياة، فيقول: (حين نوجه أنظارنا نحو التكوين النفسي للأفكار الدينية. فهذه الأفكار التي تطرح نفسها على أنها معتقدات، ليست خلاصة التجربة أو النتيجة النهائية للتأمل والتفكير، إنما هي توهمات، تحقيق لأقدم رغبات البشرية وأقواها وأشدها إلحاحاً. وسر قوتها هو قوة هذه الرغبات. وبالأصل، نحن نعلم ذلك: فالإحساس المرعب بالضائقة الطفلية أيقظ الحاجة إلى الحماية والحماية بالحب، وهي حاجة لباها الأب. وإدراك الإنسان أن هذه الضائقة تدوم الحياة كلها جعله يتشبث بأب، أب أعظم قوة وأشد بأساً هذه المرة. فالقلق الإنساني إزاء أخطار الحياة يسكن ويهدأ لدى التفكير بالسلطان الرفيق العطوف للعناية الإلهية، كما أن إرساء أسس نظام أخلاقي يكفل تلبية مقتضيات العدالة، هذه المقتضيات التي لبثت في غالب الأحيان غير متحققة في الحضارات الإنسانية ؛ ثم إن إطالة الحياة الأرضية بحياة مستقبلية تقدم إطار الزمان والمكان الذي ستحقق فيه تلك الرغبات)[٢٣].

٨- يربط فـرويد بين التدين وبين بعض المشكلات النفسـية وهي العـجز والشعور بالتفاهة، فيقول: (لايزال النقاد يصرون على إطلاق صفة «التـدين العـميق» علـى كل إنسـان يقـر بما يراوده من شـعـور بتفـاهة الإنسـان وبالعـجـز البـشـري فـي مواجـهـة الكون، وهذا بالـرغم من أن جوهر التدين لا يقـوم على ذلك الشعور، وإنما بالأحـرى على المسعى الذي يعـقبـه ويتفـرع منه، أي رد فـعل الإنسـان على ذلك الشعـور في محاولة لاتقائه والتحصن ضده. أما من لا يتوغل إلى أبعد من ذلك، أمـا من يسلم بكل تواضع بالدور الضـئـيل الذي يلعبـه الإنسـان في فسيح الكون، فهو بالأحرى لا متدين بأصدق معاني الكلمة)[٢٤].

٩- يرى فـرويد أن الدين لم يحقق السعادة والأخلاق التي يبحث عنها الإنسان، فيقول: (فمن المشكوك فيه أن يكون البشر قد عرفوا في مجملهم، في العهد الذي كان الدين يسود فيه بلا منازع، سعادة أكبر من تلك التي يعرفونها اليوم ؛ وعلى كل حال ما كانوا، بالتأكيد، أكثر أخلاقية)[٢٥].

١٠- يشبه فرويد دور الدين في حياة الإنسان بالدور الذي تقوم به المنبهات والمسكرات للإنسان عند تناوله لهما، فيقول: (مفعول العزاء والسلوان الذي يقدمه الدين للإنسان يمكن المقايسة بينه وبين مفعول المنومات: وما يجري الآن في أمريكا أسطع مثال على ذلك. فهم يريدون هناك أن يحرموا الناس - تحت تأثير سيطرة النساء بالطبع - من كل منبه ومن كل شراب مسكر، ويعلفونهم بالمقابل ورعاً وتقوى)[٢٦].

١١- يؤكد فرويد أن الإنسان يمكن أن يحتمل مشاق الحياة عندما يقطع رجاءه بالغيب، فيقول: (ولاشك في أن الإنسان سيتوصل، يوم يقطع رجاءه من عالم الغيب أو يوم يركز كل طاقاته المحررة على الحياة الأرضية، إلى أن يجعل الحياة قابلة للاحتمال من قبل الجميع)[٢٧].

١٢- يعقد فرويد مقارنة بين دور الدين ودور العقل في تحقيق الأخوة الإنسانية وتقليل أو تناقص الألم الذي يتعرض له الإنسان، ويرجح العقل على الدين في هذه المقارنة، فيقول: (لما كانت أولوية العقل ستنشد في أرجح الظن نفس الأهداف التي يفترض في إلهكم أن يبلغكم إياها: الأخوة الإنسانية وتناقص الألم ... أنتم تريدون أن يبدأ الهناء بعد الموت مباشرة، وتطلبون إليه أن يحقق المستحيل، ولا تريدون أن تتخلوا عن مزاعم الفرد وادعاءاته. أما إلهنا نحن، العقل، فلن يحقق من هذه الرغائب إلاّ بقدر ما ستسمح به الطبيعة الخارجية، وسيتم ذلك رويداً رويداً، وفي مستقبل غير منظور، وبالنسبة إلى أبناء هم غير أبنائنا. أما نحن الذين نشكو مر الشكوى من الحياة فلا يعدنا بأي تعويض. ولن يكون هناك مناص من التخلي، على الطريق التي تفضي إلى ذلك الهدف القصي، عن مذاهبكم الدينية، ولن يكون من المهم عندئذ أن تفشل المحاولات الأولى أو ألاّ تكتب الحياة للتشكيلات البديلة الأولى. وأنتم تعلمون السبب: فما من شيء يستطيع على المدى الطويل أن يقاوم العقل والتجربة، وتناقض الدين مع كليهما أمر لا يحتاج إلى بيان)[٢٨].

١٣- ونختم نقلاً عن آراء فرويد حول الدين والصحة النفسية بما قاله من أن الدين عصاب البشرية الوسواسي العام، حيث قال: (يمكن القول بأن الدين هو عصاب البشرية الوسواسي العام، وبأنه ينبثق، مثله مثل عصاب الطفل، عن عقدة أوديب، عن علاقات الطفل بالأب. وانطلاقاً من هذه التصورات، يمكننا أن نتوقع أن يتم العزوف عن الدين عبر سيرورة النمو المحتومة التي لا راد لها).[٢٩]

تعليق:

هذه الآراء التي طرحها فرويد تمثل موقفه من الدين وأثره في الحياة وكذلك أثره في سلوك الإنسان، وتبين فيها الربط السلبي بين السلوك الديني والصحة النفسية للإنسان وأن السلوك الديني غير فطري ودخيل على الإنسان جاء من خلال عقدة مرضية مرت بالإنسان في طفولته (عقدة أوديب) وأنه يجب تجاوزها والتخلص من الدين وإحلال العقل محله. وسنجمل الرد في النقاط التالية:

١- اعتبر عديد من الباحثين نظرية التحليل النفسي التي قدم فيها فرويد أفكاره الرئيسة، اعتبروها نوعاً من العلم الزائف الذي لا يعتمد على الأدلة العلمية المعروفة، لذا ينبغي عدم الاعتماد على ما جاء فيها[٣٠].

٢- أن استنتاجات فرويد قامت على أساس عينة صغيرة من مرضاه الذين عالجهم مستخدماً أسلوب الملاحظة غير المراقبة، ومن هنا فهي غير صالحة للتعميم بأي حال من الأحوال[٣١].

٣- استخدم فرويد في التحليل النفسي المفاهيم الغامضة وأطلق عليها صفة العلمية حتى يقنع الآخرين بها، مع وضع نفسه المفسر الوحيد لمعانيها حتى يسلم له الآخرون بما ورد فيها[٣٢].

٤- أكد العديد من الباحثين أن فرويد وضع نفسه في منزلة تحمي نفسها من نقد الآخرين الموجه لما يطرحه من أفكار، وذلك من خلال مهاجمة وتهميش تلك الآراء المعارضة. وربما وصل به الأمر إلى محاربة الأشخاص المعارضين لأفكاره كما فعل مع أدلر (Adler) عالم التحليل

النفسي المعروف عندما ضايقه حتى استقال من رئاسة جمعية فيينا في فبراير عام ١٩١١م ثم استمر في مضايقته حتى استقال من عضوية الجمعية المذكورة[٣٣].

٥- اعتمد فرويد على التراث الصوفي اليهودي المحرف في كثير من طروحاته، وهذا ما أثبته دافيد باكان في كتابه (فرويد والتراث الصوفي اليهودي)[٣٤] .

٦- لقد ادعى فرويد نجاح التحليل النفسي في ميدان العلاج، لكن الدراسات العلمية التي أجريت على فعالية التحليل النفسي في العلاج كانت نكسة على مدرسة التحليل النفسي حيث ثبت فشلها الذريع[٣٥].

وكما قال إيزنك: (لقد كان التحليل النفسي عند فرويد عقيدة لكنها نوع من العلم الزائف والتي أضرت بعلم النفس وكذلك بالعلاج العقلي والنفسي على حد سواء. كما كانت ضارة بنفس الدرجة بالآمال والتطلعات لعدد لا يحصى من المرضى الذين وثقوا بما ادعته من قدرة على علاج حالاتهم)[٣٦].

٧- اقتصار فرويد في الاطلاع على الديانتين اليهودية والنصرانية بما فيهما من تحريف من قبل البشر، حرمه من الاطلاع على الإسلام بما فيه من صفاء وحفظ من التحريف. مما جعله يعمم أحكامه على أثر الأديان على الناس دون تفريق بينها. وهذا منهج غير علمي لا يمكن القبول به لدى أي باحث في أي مجال من المجالات العلمية المعروفة .

المبحث الثاني

العلاقة في البحوث والدراسات الميدانية

تؤكد العديد من الدراسات المسحية التي تستعرض مجموعة من الدراسات الميدانية السابقة في ميدان العلاقة بين التدين والصحة النفسية، نتيجة عامة تؤيد الارتباط الإيجابي بين التدين ومظاهر الصحة النفسية. ومن تلك الدراسات دراسة شوماخر (Schumaker) التي استعرض فيها عشرًا من الدراسات المسحية درست العلاقة بين التدين والصحة النفسية في فترات متفاوتة بين الأعوام ١٩٥٨م وحتى ١٩٩١م، حيث كانت معظم النتائج العامة التي خرجت بها تلك الدراسات تؤكد الارتباط الإيجابي بين التدين والصحة النفسية [٣٧]. كما قام عدد من الباحثين بإجراء دراسات مسحية لعدد من الدراسات السابقة درست العلاقة بين التدين وأحد مظاهر الصحة النفسية أو عدم الصحة النفسية وهي ما يلي:

- دراسة ستاك (Stack) حيث استعرض عدداً كبيراً من الدراسات الميدانية التي أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية ودرست العلاقة بين التدين وكل من الاكتئاب والإقدام على الانتحار، وخرج بنتيجة عامة من نتائج تلك الدراسات تؤيد الارتباط السلبي بين التدين وكل من الاكتئاب والإقدام على الانتحار[٣٨].

- دراسة برسمان (Pressman) وليونس (Lyons) ولارسون (Larson) وجارتنر (Gartner) حيث استعرضوا عدداً كبيراً من الدراسات الميدانية التي درست العلاقة بين التدين وكل من القلق والخوف من الموت، وخرجوا بنتيجة عامة من خلال نتائج تلك الدراسات تميل إلى تأييد الارتباط السلبي بين التدين وكل من القلق والخوف من الموت[٣٩].

- دراسة هوود (Hood) حيث استعرض عدداً من الدراسات التي درست العلاقة بين التدين واحترام الذات. وكانت معظم نتائج تلك الدراسات تؤيد الارتباط الإيجابي بين التدين واحترام الذات[٤٠].

- دراسة تشمبرلين (Chamberlain) وزيكا (Zika) حيث استعرضا عدداً كبيراً من الدراسات الميدانية التي درست العلاقة بين التدين وكل من السعادة النفسية والصحة النفسية. وخرجا بنتيجة عامة من خلال نتائج تلك الدراسات تؤيد الارتباط الإيجابي بين التدين وكل من السعادة النفسية والصحة النفسية[٤١].

- دراسة فرانسيس (Francis) حيث استعرض عدداً من الدراسات الميدانية التي درست العلاقة بين التدين وعدداً من مظاهر عدم الصحة النفسية، وخرج بنتيجة عامة تؤيد الارتباط السلبي بين التدين وتلك المظاهر[٤٢].

- دراسة كونيج (Koenig) حيث استعرض عدداً من الدراسات التي درست العلاقة بين التدين وبعض مظاهر الصحة النفسية لدى كبار السن وخرج بنتيجة عامة تؤيد الارتباط الإيجابي بينهما[٤٣].

- دراسة هانسن (Hansen) حيث استعرض عدداً من الدراسات الميدانية التي درست العلاقة بين التدين والتوافق خصوصاً التوافق الزواجي، وخرج بنتيجة عامة من خلال نتائج تلك الدراسات تؤيد الارتباط الإيجابي بين التدين والتوافق خصوصاً التوافق الزواجي[٤٤].

- دراسة باينبريج (Bainbridge) حيث استعرض عدداً من الدراسات التي تناولت العلاقة بين التدين وكل من الانحراف والجريمة، وخرج بنتيجة عامة تؤيد الارتباط السلبي بين التدين وكل من الانحراف والجريمة[٤٥].

- دراسة بنسن (Benson) حيث استعرض عدداً من الدراسات الميدانية التي تناولت العلاقة بين التدين واستعمال المواد المخدرة لدى فئات متعددة من المجتمع (ذكور، إناث، طلاب ثانوية، طلاب جامعات، كبار) وخرج بنتيجة عامة تؤيد دور الدين في الحد من استعمال المخدرات وأن الأفراد الأكثر تديناً هم الأكثر بعداً عن تلك المخدرات(٤٦).

- دراسة ماسترز (Masters) وبيرجين (Bergin) حيث استعرضا عدداً من الدراسات الميدانية التي درست العلاقة بين التوجهات الدينية والصحة النفسية والعقلية، وخرجا بنتيجة عامة تؤيد الارتباط الإيجابي بينهما(٤٧).

- دراسة يعقوب (Jacobs) حيث استعرض عدداً من الدراسات التي تناولت العلاقة بين ممارسة الشعائر الدينية والصحة النفسية ضمن الثقافات المتعددة الموجودة في المجتمع الأمريكي. وخرج بنتيجة عامة تؤكد الدور الإيجابي لممارسة الشعائر الدينية في تخليص الأفراد من كثير من الاضطرابات النفسية مثل القلق والعزلة، وتعزيز مظاهر الصحة النفسية الاجتماعية مثل المودة والتعاون(٤٨).

- دراسة مارتن (Martin) وكارلسون (Carlson) حيث استعرضا عدداً من الدراسات الميدانية التي تناولت العلاقة بين التدين (الأبعاد الروحية للصلاة وغيرها) والصحة النفسية، وخرجا بنتيجة عامة تؤيد الارتباط الإيجابي بينهما(٤٩).

- دراسة بيرجن (Bergin) حيث جمع أكثر من مائة دراسة اهتمت بالعلاقة بين التدين والصحة النفسية (أو الاضطراب النفسي) ثم وضع شرطين على أساسهما أختار مجموعة من هذه الدراسات، والشرطان هما: أن تستخدم الدراسة على الأقل مقياساً واحداً

لقياس التدين. والثاني أن تستخدم الدراسة أحد المقاييس الإكلينيكية لقياس الصحة أو الاضطراب النفسي. فخرج بعدد ٢٤ دراسة انطبق عليها هذان الشرطان. ثم استخدم الباحث أسلوب Meta - analysis لدراسة النتائج عبر عينات الدراسة (مجموع العينات ٩٧٩٩ فرداً) للحصول على نوع العلاقة بين متغيرات الدراسة .

ومن الدراسات الأربع والعشرين هناك سبع دراسات خرجت بارتباطات دالة إحصائيا، منها خمس دراسات كانت ارتباطاتها موجبة، بينما اثنتان كانت ارتباطاتهما سالبة .

والنتيجة العامة التي خرجت بها هذه الدراسة الارتباط الإيجابي بين التدين والصحة النفسية[٥٠].

- دراسة كابز (Capps) استعرض عدداً من الدراسات الميدانية التي تناولت العلاقة بين التدين وكل من السعادة النفسية والسعادة الروحية. وخرج بنتيجة عامة تؤيد الارتباط الإيجابي بين تلك المتغيرات[٥١].

- دراسة جارتنر (Gartner) ولارسون (Larson) ألين (Allen)حيث استعرضوا أكثر من مائتي دراسة من الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر الصحة النفسية، وكذلك مع مظاهر عدم الصحة النفسية، وخرجوا بأربعة اتجاهات هي:

١- الدراسات التي ربطت التدين بمظاهر عدم الصحة النفسية كانت في غالبها تستخدم اختبارات الورقة والقلم. بينما الدراسات التي ربطت التدين بمظاهر الصحة النفسية كانت في غالبها تستخدم مواقف حقيقية من الحياة .

٢- المستويات العالية من التدين ارتبطت غالباً باضطرابات تحت التحكم في السلوك، بينما المستويات المنخفضة من التدين ارتبطت غالباً باضطرابات نزوعات يصعب التحكم فيها .

٣- مقاييس سلوك المشاركة الدينية ارتبطت بدرجة أقوى مع الصحة النفسية في مقابل مقاييس الاتجاهات .

٤- التفريق بين التدين الداخلي والخارجي وضح لماذا لم تتطابق بعض النتائج[٥٢].

- دراسة جارتنر (Gartner) حيث استعرض في فصل كامل عدداً كبيراً من الدراسات -ضمن كتاب الدين والتطبيق الإكلينكي لعلم النفس عام ١٩٩٦م (Edited by E.P. Shafranske) وخرج بنفس النتائج المذكورة في الفقرة السابقة.

الدراسات المسحية :

ونتناول فيما يلي عدداً من الدراسات الميدانية في قسمين الأول الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر الصحة النفسية و القسم الثاني الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية، وسيكون عرض الدراسات ضمن النقاط التالية في كل دراسة: رقم الدراسة، الباحث (الباحثون)، سنة الدراسة، عنوان الدراسة، عينة الدراسة، الأدوات والمقاييس، أهم النتائج، تعليق .

أولاً - دراسات تناولت التدين ومظاهر الصحة النفسية :

وهي كثيرة جدا ونعرض فيما يلي ما استطاع الباحث الحصول عليه منها :

رقم الدراسة (١):

- الباحثون: شافر (Shaver) ولينور(Lenouer) وساد (Sadd).
- السنة: ١٩٨٠م .
- العنوان: التحول الديني والسعادة النفسية الذاتية: دين العقل السليم لنساء أمريكا المعاصرات .
- العينة: ٢٥٠٠ امرأة أمريكية متوسط أعمارهن ٤٦,٣٥ سنة .
- الأدوات: استبانة مكونة من ٩٧ عبارة لقياس عدد من المتغيرات (٢١٩ متغيراً) من أهمها:

– مقياس التدين مكون من ثلاثة أجزاء هي: الاعتقادات، الممارسات، ماذا يجب تعليمه للأطفال من أمور الدين .

– مقياس الصحة النفسية مكون من ١٢ عبارة حول بعض المشكلات الجسمية والنفسية والشعور بالسعادة .

- **أهم النتائج :**

– هناك علاقة موجبة دالة إحصائيا بين التدين والشعور بالسعادة النفسية .

– هناك علاقة سالبة دالة إحصائيا بين التدين والشعور بالتوتر والصراع[٥٣].

- تعليق: تعطي نتائج هذه الدراسة دلالة واضحة على الدور الإيجابي للدين في حياة الأفراد وارتباطه الإيجابي مع مؤشرات الصحة النفسية. ويؤخذ عليها اقتصارها على الإناث دون الذكور، كما أن العينة لم تخضع للمعايير العلمية بل اعتمدت على من أجاب على الاستبانة التي أرفقت مع عدد سبتمبر لعام ١٩٧٦م من قراء الكتاب الأحمر (Redbook).

رقم الدراسة (٢):

- الباحثان: جورج (George)ومكينمارا (McNamara).
- السنة: ١٩٨٤م .
- العنوان: الدين والعرق والسعادة النفسية .
- العينة: أخذت من الإحصاءات الاجتماعية العامة للأعوام ١٩٧٢-١٩٨٢م (ماعدا عامي ١٩٧٩م و ١٩٨١م) والعدد التقريبي للعينة في كل عام ١٥٠٠ فرد (ذكور، إناث، سود، بيض) . مدى العمر لعينة الدراسة هو ٢٥ - ٥٤ سنة .
- الأدوات: ٨ عبارات لقياس ثمانية أبعاد للسعادة النفسية وهي: السعادة العامة، حياة مثيرة وشيقة، الصحة الذاتية، الرضا داخل المجتمع، أنشطة حرة، الحياة الأسرية، الصداقات، الصحة .

  ٥ عبارات لقياس خمسة أبعاد، اعتبرت متغيرات مستقلة، وهي: العمر، المستوى التعليمي، الدخل، الوضع الوظيفي، عبارتين لقياس التدين هما: عدد مرات التردد على الكنيسة، قوة الارتباط الديني .
- **أهم النتائج:**
  - الارتباط الإيجابي الطردي بين التدين وأبعاد السعادة النفسية بصورة عامة .
  - تفوق السود (ذكور، إناث) على البيض (ذكور، إناث) في قوة الارتباط الإيجابي بين متغيرات الدراسة[٥٤].
- تعليق: تميزت هذه الدراسة بالعدد الكبير لأفراد العينة. إلاّ أنه يؤخذ عليها عدم الجمع المباشر للمعلومات من العينة والاعتماد على دراسات سابقة كانت تهدف إلى أهداف أخرى عندما طبقت مقاييسها على العينة .

  إضافة إلى اقتصار المقياس على ١٣ عبارة لقياس ١٣ متغيراً.

رقم الدراسة (٣):

- الباحث: ميشالو (Michello) .
- السنة: ١٩٨٨م .
- العنوان: المحددات الروحية والعاطفية للصحة .
- العينة: ٥٦٠ منهم ٦٠٪ نساء و ٤٠٪ رجال. مدى العمر من ١٨ – ٩٥ سنة بمتوسط ٣٦ سنة. ٥٤٪ بروتستانت و ٢٥٪ كاثوليك ١٪ يهود ٢٠٪ معتقدات أخرى. وأخذت المعلومات من إحصاء منطقة أكرون (أوهايو/ أمريكا) في خريف عام ١٩٨٥م من بالغين في منازلهم عن طريق اختيارهم عشوائياً من دليل الهاتف والاتصال بهم وأخذ تلك المعلومات منهم بواسطة طلاب المرحلة الجامعية وما فوقها في قسم الاجتماع في جامعة أكرون .
- الأدوات:

أ - **متغيرات مستقلة نوعان :**

١- السعادة الروحية وتم قياسها بالسؤال التالي: كيف تصف علاقتك الشخصية مع اللّه ؟ والإجابة على مدرج من سبعة خيارات يبدأ برقم واحد = بعيد ... وينتهي برقم سبعة = قريب .

٢- السعادة العاطفية وتم قياسها عن طريق بعدين :

أ - اتجاه السير في الحياة، والاعتقاد بوجود أهداف حقيقية للحياة. ثبات ألفا = ٠,٦٤ .

ب - المزاج في خمس عبارات عن: الاكتئاب، الوحدة، الحزن، التوتر، الخوف. والإجابة لكل عبارة على مدرج من سبعة خيارات تبدأ برقم واحد = طول الوقت، وتنتهي برقم سبعة = لا أبداً. وكان معامل ثبات ألفا لهذا البعد =٠,٨٠.

ب - متغير معتمد عن الرضا عن الصحة :

وتم بسؤال المستجيب أن يزن برضاه عن صحته في ثلاثة معايير متدرجة لست نقاط: مملة - ممتعة - مخيبة - مفرحة - غير مرضية - مرضية. وكان معامل ثبات ألفا لهذا المتغير =٠,٩٤ .

ج - متغيرات مثبتة: شملت :

١- الصعوبات الصحية عبارة عن السؤال التالي: هل لديك صعوبات صحية حدَّت من كمية أو نوع العمل الذي يمكن أن تقوم به ؟ وخيار الإجابة نعم، لا .

٢- متغيرات عامة شملت: العمر، العرق، الدخل، الجنس .

- **أهم النتائج :**

باستخدام تحليل الانحدار المتعدد، خرج الباحث بنتائج، أهمها :

١- أن متغيرات السعادة العاطفية ومتغير العلاقة مع اللَّه كانت موجبة ودالة لدى عينات الدراسة .

٢- تشير النتائج إلى أن السعادة العاطفية وإحدى بعدي السعادة الروحية (العلاقة مع اللَّه) كانت مرتبطة إيجابية بدرجة دالة إحصائيا مع الرضا عن الصحة [٥٥].

- تعليق: تميزت الدراسة بكثرة تحليلاتها للارتباطات بين المتغيرات ضمن المجموعات المختلفة لعينة الدراسة. يؤخذ عليها اعتمادها على طلاب ليس لديهم الخبرة العلمية الكافية في مباشرة جمع المعلومات من عينات الدراسة .

رقم الدراسة (٤):

- الباحثون: لارسون (Larson) وكوينج (Koenig) وكابلان (Kaplan) وجرين بيرج (Greenberg) ولوجو (Logue) تيرولر (Tyroler).
- السنة: ١٩٨٩م .
- العنوان: تأثير الدين على ضغط الدم لدى الرجال .
- العينة: ٤٠١ رجل أبيض من سكان الريف (منطقة إيفانز في ولاية جورجيا بأمريكا) سبق متابعة قياس ضغط الدم لديهم خلال الأعوام ١٩٦٧ - ١٩٦٩م في المنطقة المذكورة وكانت أعمارهم فوق ٢٥ سنة، منهم ٦٤,١ أقل من ٥٤ سنة والباقي ٥٥ سنة فأكثر، وهم خالون من أمراض القلب .
- الأدوات :

- تم أخذ قراءات ضغط الدم لأفراد العينة ثلاث مرات وفق ما يلي :

١- من الذراع الأيسر للمفحوص وهو جالس .

٢- قراءة ثانية بعد مضي مابين ٣٠ - ٦٠ دقيقة من المرة الأولى .

٣- قراءة ثالثة بعد مضي مابين ١٥ - ٢٠ دقيقة بعد المرة الثانية .

- لتحديد انبساط ضغط الدم جرى استخدام مجموعة كوروتكوف (Korotkoff).
- قياس التدين تم عن طريق استفتاء اجتماعي في بعدين هما :

أ - عدد مرات الحضور للكنيسة. والإجابة مدرج من تسعة خيارات يبدأ بالحضور يومياً وينتهي بعدم الحضور مطلقاً .

ب - أهمية الدين لدى الفرد. والإجابة في ثلاثة خيارات هي: هام جداً، له بعض الأهمية، ليس له أي أهمية لديّ .

- الوضع الاجتماعي والاقتصادي تم قياسه بمقياس McQuite - Whit Scale المناسب لسكان الريف .

- أهم النتائج: كان ضغط الدم غير مرتفع لدى مجموعة الأفراد الذين كان الدين بالنسبة لهم مهم جدا وكذلك حضورهم للكنيسة كان عالياً وذلك بدرجة دالة إحصائيا، بينما المجموعة التي كان الدين بالنسبة لهم غير مهم وحضورهم نادر للكنيسة كان درجات ضغط لديهم مرتفعة، وكانت هذه النتيجة دالة إحصائياً[٥٦].

- تعليق: هذه دراسة من الدراسات القليلة التي تناولت هذا النوع من المتغيرات، وفيه دلالة على الدور الإيجابي المهدئ للدين على عمل أجهزة جسم الإنسان. ويؤخذ عليها عدم جمعها المباشر لمعلوماتها واعتمادها على بيانات دراسات سابقة.

رقم الدراسة (٥) :

- الباحثان: شافرانسكي (Shafranske) ومالوني (Malony .)
- السنة: ١٩٩٠م .
- العينة: ٤٧ معالجًا نفسيا، منهم ٦٨٪ ذكور و ٣٢٪ إناث، ومتوسط أعمارهم عمرهم ٥٢ سنة .
- الأدوات: استفتاء مكون من ٦٢ فقرة، ويتناول خمسة مجالات هي :

١- معلومات عامة .

٢- مقياس التوجه العقائدي يقيس درجة الإيمان بوجود حقيقي لله سبحانه وتعالى.

٣- مقياس لقياس ثلاثة أبعاد للتدين: داخلي، خارجي، تفاعلي .

٤- عبارات تقيس المواقف نحو التدين بشكل عام .

٥- مقياس يقيس المواقف والتطبيقات حيال استخدام طرق إرشاد معينة مع العميل.

- أهم النتائج :

- ٨٣٪ من العينة أكدوا أن الاعتقادات الدينية ساعدتهم ليصبحوا معالجين مؤثرين .
- ٧٨٪ من العينة عارضوا إحجام المعالج النفسي عن التعامل مع المواضيع الدينية أو الروحية في العلاج النفسي .
- ٨١٪ من العينة أكدوا أنهم نادراً أو أنهم لم يتعرضوا لمواضيع دينية أو روحية خلال دراساتهم النظرية أو تدريباتهم العيادية التي مروا بها لإعدادهم .

- وجدت علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين كفاءة الخبرة في تقديم الإرشاد في المواضيع الدينية والروحية وبين التدريب[٥٧].

- تعليق: هذه دراسة جيدة على المعالجين النفسيين، ودور الدين في حياتهم وفي أساليب علاجهم، وقد ظهر الأثر الإيجابي للدين. ويؤخذ عليها صغر العينة، وعدم تحديد المصطلحات التي تم دراستها حيث وضح التداخل فيما بينها (انظر المجالات ٢ و ٣ و ٤ أعلاه).

رقم الدراسة (٦):

- الباحثان: تشاربلين (Chamberlain) وزيكا (Zika).
- السنة: ١٩٩٢م .
- العنوان: التدين والسعادة النفسية والمعنى في الحياة .
- العينة: ١١٨ أم (على أن يكون لديها طفل أو أكثر ممن هم دون خمس سنوات) وغير عاملة: ١٣٧ مسن أعمارهم ٦٠ سنة أو أكثر، ٢٥٥ مجموع العينة. وقد أخذت بياناتهم من دراسة عامة للشخصية والسعادة سبق إجراءها على أفراد في خطر لانخفاض مستوى سعادتهم .
- الأدوات: استبانة مكونة من ثلاثة مقاييس :

أ - مقياس السعادة النفسية مكون من بعدين .

١ - الآثار الإيجابية والسلبية للسعادة .

٢ - الرضى عن الحياة .

ب - مقياس الهدف في الحياة .

ج - التدين تم قياسه عن طريق مقياسين من مقاييس King and Hurt (١٩٧٥) التي تقيس البعد الداخلي للتدين .

- أهم النتائج :

- العلاقة بين الهدف في الحياة والتدين كان عالياً لدى المسنين، وأعلى منه لدى عينة الأمهات .
- هناك ارتباط بين التدين والرضى عن الحياة لدى عينة الأمهات[٥٨].

- تعليق: بينت هذه الدراسة أثر التدين على السعادة النفسية والرضى عن الحياة وتبيين بذلك الأثر الإيجابي للدين. ويؤخذ عليها اقتصارها على جانب واحد من جوانب التدين (التدين الداخلي).

رقم الدراسة (٧):

- الباحث: هيث (Heath).
- السنة: ١٩٩٣م .
- العنوان: الجذور الشخصية للسعادة والتدين ودور العفة فيها .
- العينة: بدأت الدراسة في الستينيات الميلادية بعدد ٨٠ طالباً من كلية هافرفورد تراوحت أعمارهم بين ١٧ - ٢١ سنة. ثم تم إعادة الدراسة على ٦٨٪ من العينة الأصلية وهم في سن أوائل الثلاثينيات من أعمارهم. ثم تم دراسة ٦٥٪ من العينة وهم في منتصف الأربعينيات وكذلك ٤٠٪ من زوجاتهم وهن في بداية الأربعينيات .
- الأدوات: بطارية مقاييس نفسية شملت مايلي :
  - مقياس منسوتا المتعدد الأوجة للشخصية (MMPI) .
  - مقياس الرغبة القوية للمهنة .
  - دراسة القيم .
  - الرورشاخ .
  - مقاييس نوفل للتقييم الذاتي لقياس النضج وسمات أخرى .
  - ثلاثة محكمين مستقلين .
  - مقابلات شخصية مركزة لأفراد العينة والمحيطين بهم .
  - مقياس للتدين الداخلي والخارجي .
- أهم النتائج :
  - هناك علاقة موجبة بين التدين والصحة الجسمية والعاطفية والسعادة .

- أن القيم الأخلاقية معززة للصورة الكلية للفرد .
- الأفـراد المتـدينـين أكـثـر ثبـاتـاً وأكـثـر عـفـة من الأفـراد غـيـر المتدينين.[٥٩]

- التعليق: الدراسة طولية وكبيرة وهامة ونتائجها كثيرة تصب في التأييد الإيجابي لأثر الدين على حياة الأفراد. يؤخذ عليها عدم وضوح عرض المعلومات والتعقيد الواضح في أسلوب عرض المعلومات وحاجتها إلى إعادة صياغتها بصورة مبسطة يسهل الاستفادة منها ومن نتائجها .

رقم الدراسة (٨):

- الباحثان: سكافر (Schaefer) وجورسش (Gorsuch).
- السنة: ١٩٩٣م .
- العنوان: المتغيرات الشخصية والموقفية في المقاومة الدينية .
- العينة: ١٣٧ فرداً من المنتسبين لمؤسسات دينية مسيحية في جنوب كاليفورنيا، ٥٤٪ من العينة ذكور و ٤٦٪ من العينة إناث. وتراوحت أعمارهم مابين ١٧ - ٥٩ سنة بمتوسط عمر ٢٤ سنة .
- الأدوات:

- استبانة تعبأ من قبل المستجيب واشتملت على ثلاثة أقسام :

١- المعلومات العامة والشخصية بما فيها الجنس والعمر والمستوى التعليمي. وكذلك يصنف معتقده ضمن خيارات واردة في الاستبانة .

٢- قياس أساليب المقاومة الدينية (أي أساليب مقاومة ضغوط الحياة باستخدام أساليب دينية) . واستخدمت مقاييس حل المشكلة المعتمدة على الدين .

٣- ثلاث أوصاف لمواقف موجزة تمثل ثلاث حالات هي: التهديد، الفقدان، المنافسة .

- المواقف المتخذة واحدة من ثلاثة: معتمد على اللّه، معتمد على الذات، معتمد على اللّه والذات (تعاوني).

- أهم النتائج :
  - الأفراد موضوع الدراسة مالوا لاستخدام أساليب مقاومة ضغوط الحياة التي تجعل لله دورًا فعالا في تلك المقاومة .
  - قل استخدام الأساليب المعتمدة على الفرد ذاته وزاد في ما مقابلها الأساليب المعتمدة على اللّه.[٦٠]
- تعليق: دراسة فيها كثير من المتغيرات المتداخلة والتي يصعب حصرها وتمييزها، ولكن نتائجها تبين أثر الدين في مقاومة ضغوط الحياة .

رقم الدراسة (٩):

- الباحثان: فرانكل (Frankel) وهويات (Hewitt).
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان: الدين والسعادة لدى طلاب جامعة كندية: دور مجموعات الإيمان في المدينة الجامعية .
- العينة: ٢٩٩ طالباً من جامعة غرب أونتاريو مقسمين إلى مجموعتين :

١٧٢ طالباً منتمين إلى مؤسسات دينية داخل المدينة الجامعية، متوسط أعمارهم ٢٣,١٣ سنة .

١٢٧ طالباً غير منتمين إلى مؤسسات دينية داخل المدينة الجامعية ومتوسط أعمارهم ٢٢,٠٦ سنة .

- الأدوات: استبانة وضعت لهذه الدراسة واحتوت على أسئلة في تسعة مجالات، وهي في معظمها مأخوذة من مقاييس لها ثبات وصدق مقبولين وسبق تطبيقها في دراسات سابقة، وهذه المجالات هي: المعلومات العامة والشخصية، الضغوط، الاتقان، احترام الذات، الصحة الجسمية والنفسية، التردد على الخدمات الصحية، نماذج الصداقة، الاعتقادات والقيم، الممارسة الدينية .
- أهم النتائج :

- النجاح المادي والشخصي أصبح أكثر أهمية بالنسبة للطلاب غير المنتسبين للمؤسسات الدينية قياساً للطلاب المنتسبين للمؤسسات الدينية، وهي دالة إحصائيا .

- قيم العلاقات مع العائلة والآخرين ونشاط الكنيسة والأصدقاء والوالدين والله أصبحت أكثر أهمية لدى الطلاب المنتسبين للمؤسسات الدينية قياساً بالمجموعة الثانية. وهي دالة إحصائيا.
- الطلاب المنتسبين للمؤسسات الدينية أكثر صحة وأقل تردداً على الخدمات الصحية من الطلاب غير المنتسبين للمؤسسات الدينية، بفرق دال إحصائيا.[٦١]

- تعليق: دراسة تبين الأثر الإيجابي للدين على صحة الطلاب الجسمية والنفسية. ويؤخذ عليها اقتصارها على الطلاب دون غيرهم، وقلة عدد أفراد العينة مع وجود إمكانية زيادة العدد (العدد الكلي لطلاب الجامعة ٢٦٠٠٠ طالب).

رقم الدراسة (١٠):

- الباحثان: شورتز (Shortz) وورثنجتون (Worthington).
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان: شبان يتذكرون دور التدين وعزو الأسباب في مقاومة ألم فترة طلاق الوالدين .
- العينة: ١٣١ طالباً وطالبة من جامعة عامة في الجنوب الشرقي لأمريكا. متوسط أعمارهم ٢١ سنة. منهم ٥١ طالباً و ٨٠ طالبة. وكانت أعمارهم عند حدوث الطلاق بين والديهم مابين ١١ - ٢٥ سنة ومتوسط المدة التي مضت على طلاق الوالدين حتى وقت الدراسة كان ٧,٢ سنة .
- الأدوات: استبانة مكونة من خمسة أبعاد أخذت مقاييسها من دراسات سابقة، والأبعاد هي: الدين الملحوظ، حضور أنشطة الكنيسة، عزو أسباب الطلاق، الأنشطة الدينية المقاومة لضغوط الحياة، الأنشطة غير الدينية المقاومة لضغوط الحياة .
- أهم النتائج :

- التدين أظهر قدرة عالية دالة إحصائيا على التنبؤ بالأنشطة الدينية المقاومة لضغوط الحياة .
- هناك ارتباط سالب دال إحصائيا بين عزو الأسباب إلى حب اللّه وأنشطة الالتماس .
- الطلاب أو الطالبات الذين نظروا للطلاق على أنه قدر اللّه يبدو أنهم يستخدمون الدين حتى يقاوموا ضغوط الحياة بشكل فعّال[٦٢].

- تعليق: دراسة جيدة وإن كان أفراد العينة قليلين. كما يؤخذ على هذه الدراسة اعتمادها على تذكر أفراد العينة لأحداث مؤلمة وماضية، وهي من الأشياء الصعبة على النفس والتي تميل إلى عدم الوضوح عند تذكرها .

رقم الدراسة (١١):

- الباحثون: بارجامنت (Pargament) واشلر (Ishler) ودوبو(Dubow) وستانيك (Stanik) وروييلير (Rouiller) وكروو(Crowe) وكولمان (Cullman) وألبرت (Albert) وررويستر(Royster).
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان: الأساليب الدينية لمقاومة الضغوط النفسية نتيجة حرب الخليج: تحليل عرضي وطولي .
- العينة: ٢١٥ طالباً وطالبة جامعيين، منهم ٣٣٪ ذكور و ٦٧٪ إناث، متوسط أعمارهم ١٩,٥ سنة.
- الأدوات: استخدمت عدة مقاييس (سبق استخدامها في دراسات سابقة) لقياس ثلاثة أبعاد هي :

١- أنشطة مقاومة الضغوط والآلام النفسية وهي على نوعين: أنشطة دينية وأنشطة غير دينية (طبقت في ٢٠ فبراير ١٩٩١م قبل يومين من تحرير الكويت)

٢- أنشطة متعلقة بالحرب وبأوضاع المشاركين فيها (طبق مع الاختبار الأول في نفس الفترة).

٣- الآلام الشخصية والعامة وهي على نوعين: آلام خاصة وشخصية، آلام عامة (وطبقت مرتين أولاً مع الاختبارين الأول والثاني في الفترة نفسها، ثم أعيد تطبيقهما في ١١ مارس ١٩٩١م بعد أسبوع من توقف الحرب).

● أهم النتائج :

- متغيرات الأنشطة الدينية المقاومة للضغوط كانت مؤشرات دالة على مقاييس الآلام النفسية الثلاثة المستخدمة في الدراسة الحالية .
- الطلاب والطالبات الذين بحثوا عن دعم من رجال الدين أو المترددين على الكنيسة أظهروا وضعًا نفسيا إيجابيا أكثر من الطلاب والطالبات الذين لم يفعلوا مثلهم .
- أظهر التحليل الإحصائي ارتباطًا موجبًا بين الأنشطة الدينية وغير الدينية المقاومة للضغوط النفسية[٦٣].

● تعليق: دراسة استفادت من واقعة حرب الخليج واستخدمت الأسلوب الطولي في الدراسة وظهرت بنتائج جيدة. وكان بالإمكان تطبيق المقاييس على بعض الجنود المشاركين وعائلتهم للخروج بنتائج أقرب لمباشرة الحدث .

رقم الدراسة (١٢):

- الباحثان: فرارو (Ferraro) وكوش (Koch).
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان: الدين والصحة لدى البالغين من السود والبيض: فحص الدعم الاجتماعي والاستشارة .
- العينة: أخذت من إحصاء قومي أمريكي عن تغيير حياة الأمريكيين أجري عام ١٩٨٦م وكان عدد العينة ٢٥٦٠ فرداً منهم ٨٨٩ من السود و ١٦٧١ من البيض أعمارهم فوق ٢٥ سنة .
- الأدوات: تم قياس خمسة أبعاد هي:

١- الخصائص العامة والشخصية وشملت: الدخل، الجنس، مستوى التعليم، الحالة الاجتماعية، العمر، المنطقة .

٢- التفاعل الاجتماعي وشمل جانبين هما: الدعم الاجتماعي، الأعمال التطوعية.

٣- الانتساب الديني وكانوا: كاثوليك، بروتستانت، يهوداً، آخرين، غير منتسبين .

٤- التدين وشمل ثلاثة أبعاد: الممارسة، الهوية والالتزام، الاستشارة الدينية عند حدوث مشكلات .

٥- الوضع الصحي وشمل: التقييم الذاتي للصحة العامة، المشكلات الصحية، محدودية النشاط بسبب مشكلة صحية .

- أهم النتائج :
  - الأفراد السود كانوا أكثر تديناً من البيض .
  - كان للممارسة الدينية لدى السود أثر إيجابي على صحتهم .
  - عمل الدين لدى السود كأسلوب لمقاومة المشكلات التي واجهوها[٦٤].
- تعليق: بينت هذه الدراسة أثر الدين الإيجابي على الصحة لدى السود ودوره في مساعدتهم لمقاومة المشكلات التي تعترض حياتهم. ويؤخذ عليها عدم جمع المعلومات مباشرة من المفحوصين واعتمادهم على معلومات إحصائية سابقة مما يقلل من دقة النتائج.

ثانياً - دراسات تناولت التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية :

وهذا النوع من الدراسات تناولت العديد من مظاهر اختلال الصحة النفسية سواء ما كان منها متعلقًا بالسلوكيات المنحرفة كأنواع الجرائم، أو ما كان منها متعلقًا بالمظاهر السلبية للصحة النفسية مثل أنواع الأمراض النفسية المختلفة. وهذه الدراسات كثيرة كذلك ولكن الباحث سيقوم بعرض ما استطاع الحصول عليه منها .

رقم الدراسة (١٣):

- الباحثان: جون روربوف (J.Rohrbaugh) وريتشارد جيسر (R.Jessor).
- السنة: ١٩٧٥م .
- العنوان: التدين في الشباب: الضبط الشخصي ضد السلوك المنحرف.
- العينة: ٢٠٨ طلاب مرحلة ثانوية + ٢٦٧ طالبات مرحلة ثانوية= ٤٧٥ طالباً وطالبة.

  ١٠٥ طالب جامعي + ١١٦ طالبة جامعية = ٢٢١ طالباً وطالبة جامعيين، مجموع العينة ٦٩٦ طالباً وطالبة .
- الأدوات: الدراسة كانت طولية لمدة ثلاث سنوات (١٩٧٠ - ١٩٧٢م)، طبق خلالها استبانة مكونة من خمسين صفحة تحتاج إلى ساعة ونصف للإجابة على ماتحتويه وفق مايلي:
  - المعلومات العامة .
  - مقياس للشخصية يتضمن مقياساً للتدين يقيس أربعة أبعاد هي: التصور الديني، الشعائر الدينية، الاتساق الديني، الخبرة الدينية، لكل واحدة عبارتان .

- مقاييس السلوك الشخصي، وأهمها: ممارسة الجنس قبل الزواج، استخدام مخدر المارجوانا، ممارسة بعض السلوكيات المنحرفة مثل السرقة والكذب والغش والاعتداء .
- مقياس للسلوك المنحرف وآخر لقياس الميل للانحراف .

- أهم النتائج: وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً لدى عينات الدراسة الأربع بين التدين وممارسة الجنس قبل الزواج، وكذلك استخدام مخدر المارجوانا، وكذلك السلوكيات المنحرفة السابق ذكرها[٦٥].
- تعليق: تعطي نتائج هذه الدراسة دلالة واضحة على دور الدين في الحد من السلوكيات المنحرفة. ويؤخذ عليها طول الاستبانة (٥٠ صفحة) مما يؤدي إلى الملل واحتمال تأثر استجابة المستجيبين وعدم صدقها .

رقم الدراسة (١٤):

- الباحثان: قفاري (Khavari) وهارمون (Harmon) .
- السنة: ١٩٨٢م .
- العنوان: العلاقة بين الدرجة المعلنة للتدين واستخدام المخدرات .
- العينة: ٤٨٥٣ فرداً منهم ٥٣٪ ذكور و ٤٧٪ إناث، ومتوسط أعمارهم ٢٦,٥ سنة. منهم ٨٦٪ مسيحيين و ٢٪ يهود و ٥٪ ديانات أخرى و ٦٪ لم يذكروا ديانة معينة .
- الأدوات: الدراسة طولية استمرت ثلاث سنوات (من عام ١٩٧٥م – ١٩٧٨م). والأداة استبانة مكونة من ثلاثة أجزاء :

١- معلومات عامة. والسؤال الأخير كان نصه ما يلي: كيف هي درجة تدينك ؟ وله أربعة خيارات .

٢- اثنتا عشرة عبارة حول سلوك تناول الخمور .

٣- مقياس وست كنسين للتعاطي الذي يقيس ماضي وحاضر سلوك استخدام المخدرات .

- أهم النتائج: وجود ارتباط سالب بين درجة تدين الأفراد ودرجة تعاطيهم للخمور والمخدرات[٦٦].
- تعليق: دراسة بينت الأثر الإيجابي للتدين وبعد الأفراد الملتزمين بالدين عن سلوكيات التعاطي للخمور والمخدرات، ويؤخذ عليها عدم وجود مقياس خاص للتدين بأبعاده المختلفة .

رقم الدراسة (١٥):

- الباحثان: ستاك (Stack) وكانافي (Kanavy).
- السنة: ١٩٨٣م .
- العنوان: أثر الدين على الاغتصاب بالقوة: تحليل بنائي .
- العينة: أفراد من خمسين ولاية أمريكية عن طريق النشرات الإحصائية لعامي ١٩٧٠ - ١٩٧١م.
- الأدوات: ثبت الباحثان المتغيرات التالية: عدد السكان، العرق، الهجرة، العمر، السكن في المدن، الدخل، البطالة، معدل تعاطي الكحول، معدل المساجين، مستوى التعليم. وأجريا الدراسة على متغيرين هما: نسبة الكاثوليك في المدن، عدد جرائم الاغتصاب في تلك المدن، واستخدما طريقة إحصائية هي تحليل الانحدار المتعدد لتحليل المعلومات .
- أهم النتائج: كلما ارتفعت نسبة الكاثوليك في المدن انخفضت معدلات جرائم الاغتصاب بالإكراه في تلك المدن، أي علاقة سالبة بين معدل الاغتصاب بالإكراه ونسبة الكاثوليك(٦٧).
- تعليق: يؤخذ على هذه الدراسة اعتمادها على بيانات إحصائية لإجراء دراسة ارتباطية دون الالتقاء المباشر بعينات الدراسة، وهذا يضعف الثقة بنتائج الدراسة، لأن هناك متغيرات كثيرة قد تحدث أثراً في نتائج الدراسة دون أن يكون للباحث قدرة على التحكم بها أو على الأقل وضعها في الحياد. كما أن ارتفاع نسبة طائفة دينية معينة لا يعني بالضرورة التزام أولئك الأفراد بتعاليم دينهم .

رقم الدراسة (١٦):

- الباحثون: هادواي (Hadaway) وإيلفسون (Elifson) وبيترسن (Petersen)
- السنة: ١٩٨٤م .
- العنوان: الممارسة الدينية واستخدام المخدرات لدى المراهقين في المدن.
- العينة: ٦٠٠ طالب وطالبة من البيض من ٢١ مدرسة ثانوية عامة (٣٠١ ذكور، ٢٩٩ إناث) مدى أعمارهم من ١٢ - ١٨ سنة وهم من منطقة دي كالب في مدينة أتلانتا بولاية جورجيا من الولايات المتحدة الأمريكية، وصفوفهم من ٩ - ١٢.
- الأدوات:

- أجريت للعينة مقابلات في منازلهم بواسطة باحثين شباب من البيض ومن الجنسين ليقوم كل جنس بإجراء المقابلة لنفس جنسه (ذكور - ذكور / إناث - إناث).
- استخدم لقياس الكحول والمخدرات نوعان :

١- مقياس الموقف تجاه تعاطي كل من: الخمور، المارجوانا، ستة، أنواع أخرى من المخدرات (ألفا = ٠,٩١) .

٢- مقياس التعاطي الفعلي خلال السنة الماضية لكل من: الخمور، المارجوانا، و ستة أنواع أخرى من المخدرات (ألفا =٠,٧٥).

- استخدم لقياس التدين ستة أبعاد هي :

١- الحضور للكنيسة بالنسبة للمستجيب، ثم بالنسبة لوالديه.

٢- قياس مدى الالتزام بالدين في الحياة .

٣- مقياس مستقل للتدين، يدور حول عبارة (اللّه يستجيب الدعوات) .

٤- مقياس الالتزام بما ورد في النصوص الدينية .

٥- المذهب الذي ينتمي إليه المفحوص • بروتستانتي تحريمي، بروتستانت إرشادي، كاثوليكي.

٦- مقياس الأخلاقية، بالإجابة عن عبارة: الأطفال يلزمهم التقيد بجميع أوامر الوالدين .

- تم إدخال عدد من العوامل وهي: الجنس، والصف الدراسي، والعلاقة مع الوالدين والأصدقاء، والمشكلات الأسرية، والعزلة الاجتماعية، والأداء الدراسي .

- أهم النتائج:

- هناك علاقة سالبة دالة إحصائيا بين المواقف من تعاطي الخمور والمخدرات ومقاييس التدين المختلفة .

- هناك علاقة سالبة دالة إحصائيا بين التعاطي الفعلي للخمور والمخدرات ومختلف مقاييس التدين الواردة في الدراسة(٦٨).

- تعليق: دراسة جيدة لتعدد المتغيرات، ولدلالتها الواضحة على أثر التدين على المواقف والسلوك الفعلي للطلاب. ويؤخذ عليها إدخال متغيرات كثيرة ليس لها صلة مباشرة بموضوع الدراسة الحالية .

رقم الدراسة (١٧):

- الباحثان: أدلف (Adlaf) وسمارت (Smart).
- السنة: ١٩٨٥م .
- العنوان: استخدام المخدرات والانتساب للدين: المشاعر والسلوك .
- العينة: ٢٠٦٦ طالباً وطالبة من منطقة أونتاريو الكندية، منهم ١٠٣١ طالب متوسط أعمارهم ١٤,٨ سنة. و ١٠٣٥ طالبة متوسط أعمارهن ١٤,٥ سنة. وأعمار الجميع ما بين ١١ - ٢٠ سنة .
- الأدوات :

- قياس التدين تم في ثلاثة أبعاد هي :

١- الانتساب الديني لإحدى الطوائف الدينية الموجودة في المنطقة، أو خيار لا ديانة للطالب .

٢- قوة المشاعر الدينية عن طريق الإجابة عن السؤال التالي: كيف تصف مشاعرك عن الدين ؟ والإجابة في ثلاثة خيارات هي: متدين جدًا، متوسط، غير مهتم .

٣- الحضور للكنيسة في ستة خيارات تبدأ بمرات كثيرة وتنتهي بخيار لا أحضر أبداً .

- استخدام المخدرات تم قياسه في ستة أنواع هي: استخدام الخمور، استخدام الحشيش، استخدام المخدرات الطبية بوصفة طبية، استخدام المخدرات الطبية بدون وصفة، استخدام مواد الهلوسة، استخدام المخدرات المحظورة .

- أهم النتائج:

- هناك ارتباط سالب بين التدين والتردد على الكنيسة وبين استخدام جميع أنواع المخدرات التي وردت في الدراسة ماعدا استخدام الخمور(٦٩).

- تعليق: دراسة جيدة تعكس الأثر الإيجابي لممارسة شعائر الدين على سلوك الأفراد وإبعادهم عن استخدام المخدرات، ويؤخذ عليها ضعف مقاييس التدين وعدم دخولها في الأبعاد المهمة للتدين.

رقم الدراسة (١٨):

- الباحثون: هيمفري (Humphrey) وليزلي (Leslie) وبريتين (Brittain)
- السنة: ١٩٨٩م .
- العنوان: المشاركة الدينية لدى طالبات الجامعة وعلاقته بالامتناع عن الخمور والمخدرات .
- العينة: ١٠٩٧ طالبة عازبة منهن ٦١,٥٪ من البيض و ٣٨,٥٪ من السود من جامعتين من الجامعات الحكومية الواقعة في المنطقة الجنوبية من الولايات المتحدة الأمريكية .
- الأدوات: استبانة احتوت على ستة أبعاد هي :

١- المشاركة الدينية عن طريق حضور الأنشطة الدينية مرة في الشهر أو أقل من مرة في الشهر .

٢- العرق من البيض أم من السود .

٣- سلوك شراب الأم في خيارين هما: لا تشرب، تشرب أحياناً.

٤- سلوك شراب الأب في خيارين هما: لا يشرب، يشرب أحياناً.

٥- سلوك شراب الطالبة في خيارين هما: لا تشرب، تشرب أحياناً.

٦- استخدام الطالبة للمارجوانا في خيارين هما: لا تستخدمها، تستخدمها أحياناً.

- أهم النتائج: إن الطالبات اللواتي يمارسن أنشطة دينية مرة أو أكثر في الشهر لديهن نسبة عالية من الامتناع عن تناول الخمور والمارجوانا قياساً بزميلاتهن اللواتي تقل ممارستهن للأنشطة الدينية عن مرة واحدة في الشهر(٧٠).
- تعليق: بينت هذه الدراسة الأثر الإيجابي للدين على السلوك لدى الطالبات، ولكن يؤخذ عليها قصر الدين على حضور أنشطة الكنيسة دون الاهتمام بقياس الأبعاد الأخرى للتدين .

رقم الدراسة (١٩):

- الباحث: نيلسون (Nelson).
- السنة: ١٩٨٩م .
- العنوان: الاختلافات العرقية ودورها في التوجه الديني (داخلي / خارجي) لدى كبار السن .
- العينة: ٦٨ من كبار السن من السود والبيض من مدينة في الجنوب الغربي للولايات المتحدة الأمريكية. ويحضرون برامج يومية للعناية بالكبار في خمسة مراكز للمواطنين. ونسبة النساء ٧٨,١٪ والرجال ٢١,٩٪، وموزعون على ثلاث فئات عمرية هي: من ٥٥ - ٦٤ ونسبتهم ١٩٪، ومن ٦٥ - ٧٤ ونسبتهم ٥٢,٤٪، و ٧٥ فأكثر ونسبتهم ٢٨,٦٪، وهناك نسبة ٨٨٪ من العينة يحضرون للكنيسة مرتين أو أكثر في الشهر .
- الأدوات :

١- قياس السلوك الديني واستخدم فيه مقياس التوجه الديني العام للكبار والمكون من عشرين عبارة. منها ٩ عبارات لقياس التدين الداخلي، و ١١ عبارة لقياس التدين الخارجي، معامل ثبات إعادة التطبيق كان ٠,٩٣ .

٢- قياس الاكتئاب وتم استخدام مقياس الاكتئاب للكبار المكون من ٣٠ عبارة. معامل ثبات إعادة التطبيق كان ٠,٨٥.

٣- معلومات عامة وشخصية .

- أهم النتائج :

  - هناك ارتباط سالب دال إحصائيا بين الاكتئاب والتدين الداخلي لدى جميع أفراد عينة الدراسة .
  - السود حصلوا على درجات أعلى في التدين الداخلي من البيض، كما أنهم استخدموا الدين لمواجهة ضغوط مرحلة كبر السن وأزماتها .
  - الرجال السود حصلوا على أقل الدرجات في الاكتئاب وحصلوا على درجات عالية في التدين الداخلي[٧١].

- تعليق: دراسة جيدة ركزت على كبار السن، وبينت دور الدين الأساسي والإيجابي في حياتهم. ويؤخذ عليها قلة عدد أفراد العينة، وارتفاع نسبة النساء إلى الرجال في مجموع العينة .

رقم الدراسة (٢٠):

- الباحثون: كلارك (Clarke) وبيغلي (Beeghley) وكوهران (Cochran).
- السنة: ١٩٩٠م .
- العنوان: التدين والطبقة الاجتماعية واستعمال الكحول: تطبيق لنظرية الجماعة المرجعية .
- العينة: ٧٣٢٦ فرداً أخذوا من مسوح اجتماعية عامة أجريت مابين عامي ١٩٧٢ - ١٩٨٦م (خصوصاً السنوات ٧٧، ٧٨، ٨٠، ٨٣، ٨٤، ١٩٨٦م لأنها تضمنت سؤالاً عن استخدام الكحول) في أمريكا .
- الأدوات:

١- استخدام الكحول (هل سبق لك استخدام الكحول ؟ أو لم تتعاطاه إطلاقاً)؟

٢- التدين (عدد مرات الحضور للكنيسة، قوة الالتزام الديني، العضوية في كنيسة معينة، الاعتقاد باليوم الآخر).

٣- الطبقة الاجتماعية (المكانة الوظيفية، التقدير الذاتي في الانتساب إلى طبقة معينة).

- أهم النتائج :

- هناك ارتباط سالب دال إحصائيا بين استخدام الكحول ومختلف مقاييس التدين في الدراسة .
- أن للجماعة الدينية للفرد أثر أقوى من الجماعة الطبقية التي ينتمي إليها لإبعاد الفرد عن استخدام الكحول[٧٢] .

- تعليق: دراسة جيدة تبين أثر الدين على حماية الأفراد من الوقوع في سلوك تناول الكحول، ويؤخذ عليها الاعتماد على الإحصاءات العامة دون الجمع المباشر من عينات الدراسة مما يضعف الثقة بنتائج الدراسة، لاحتمال دخول متغيرات أخرى لم يتم ضبطها وتؤثر في نتائج الدراسة .

رقم الدراسة (٢١):

- الباحث: روس (Ross) .
- السنة: ١٩٩٠م .
- العنوان: الدين والاضطراب النفسي .
- العينة: ٤٠١ فرداً تم اختيارهم عن طريق دليل الهاتف في مدينة شيكاغو وما جاورها على ألاّ يقل عمر الفرد ليدخل في العينة عن ١٨ سنة وكان المدى العمري لأفراد العينة من ١٨ - ٨٣ سنة .
- الأدوات :

١- قياس عن الاضطراب النفسي عن طريق قياس أعراض الاكتئاب والقلق، وتم استخدام مقياس لانجز وفيه ثماني عبارات نفسية متدرجة بين أعلى مستويات الصحة النفسية إلى أعلى مستويات الاضطراب النفسي، والإجابة في كل عبارة على أربعة خيارات متدرجة، ودرجة الثبات باستخدام ألفا = ٠,٧٧

٢- قياس الدين تم عن طريق ثلاثة مجالات :

أ - الانتساب الديني، ووزع إلى: بروتستانت، كاثوليك، يهود، ديانات أخرى، بدون دين .

ب - قوة الاعتقاد الديني عن طريق سؤال يقول: هل تعتبر نفسك قويا، قويا بعض الشيء، ضعيفًا ... ؟

ج - محتوى الاعتقاد جرى قياسه عن طريقين :

١- الفعالية الشخصية للفرد .

٢- الاعتقاد والثقة باللّه .

٣- متغيرات أخرى شملت: العمر، التعليم، الحالة الاجتماعية، دخل الأسرة، الجنس، العرق (أبيض، غير أبيض).

- أهم النتائج :

- الأفراد ذوو الاعتقاد الديني القوي كانت مستويات الاضطراب النفسي لديهم منخفضة بوضوح قياساً بالأفراد ذوي الاعتقاد الديني المنخفض الذين ارتفع مستوى الاضطراب النفسي لديهم .
- الأفراد الذين لا ديانة لهم ارتفع مستوى الاضطراب النفسي لديهم[٧٣].

- تعليق: دراسة جيدة تبين أن الملتزم بالدين أبعد من غيره عن الاضطراب النفسي، ولكن يؤخذ عليها أسلوب اختيار العينة غير الموفق حيث تباعد المدى العمري بين الأفراد ولم تتم المقارنة بين الفئات العمرية، إضافة إلى أن الاتصال الهاتفي غير مناسب للبحوث العلمية .

رقم الدراسة (٢٢):

- الباحثون: براون (Brown) وندوبويسي (Ndubuisi) وجاري (Gary) .
- السنة: ١٩٩٠م .
- العنوان: التدين والاضطراب النفسي لدى السود .
- العينة: ٤٥١ فرداً من السود منهم ٦٠,٨٪ نساء و ٣٩,٢٪ رجال، أعمارهم ١٨ سنة فأكثر بمتوسط مقداره ٤١,٩ سنة .
- الأدوات :

١- قياس التدين تم في ثلاثة مجالات هي :

أ - عدد مرات الحضور للكنيسة .

ب- الانتساب لطائفة دينية معينة .

ج - مقياس للتدين مأخوذ من نسخة معدلة لمقياس طور بواسطة كيني وزملائه، وهو مكون من عشر عبارات لكل عبارة خمسة خيارات. ويدور حول ثلاثة عوامل هي مايلي :

١- جعل الدين هو الموجه لأنشطة الحياة اليومية للفرد ولأسرته.

٢- المشاركة في البرامج الدينية التي تبث من الإذاعة أو التلفاز.

٣- المشاركة في أنشطة دينية مثل أنشطة الكنيسة واللقاءات الدينية .

٢- قياس الاضطراب النفسي عن طريق مقياس (CES-D) لقياس الاكتئاب وهو مطور بواسطة المعهد الوطني للصحة العقلية ؛ ومكون من ٢٠ عبارة. وحصل على درجة ثبات ألفا = ٠,٨٤ .

٣- مقياس أحداث الحياة الضاغطة ويقيس ٢٥ حدثًا مما يمكن أن يكون قد مر بالفرد خلال السنة الماضية .

٤- الخلفية الاجتماعية - الاقتصادية، وشملت: العمر، التعليم، الحالة الاجتماعية، الوضع الوظيفي، الوضع الوالدي، التغيير في السكن .

- أهم النتائج :

  - أعراض الاكتئاب كانت في أدنى مستوياتها لدى الأفراد الأعلى في مستوى التدين.
  - كلما كان الفرد في موقف أو سلوك ديني كلما كان أقل في ظهور أعراض الاكتئاب لديه(٧٤).

- تعليق: دراسة جيدة تبين الارتباط السالب بين التدين وظهور أعراض الاكتئاب لدى الأفراد، ويؤخذ عليها اقتصارها على عرق معين دون غيره مما لا يتوافق مع حقيقة تركيبة السكان في المجتمع .

رقم الدراسة (٢٣):

- الباحثون: كوكران (Cochran) وبيغلي (Beeghley) و بوك (Bock) .
- السنة: ١٩٩٢م .
- العنوان: تأثير الثبات على الدين وتجانس الزوجين الديني على العلاقة بين التدين واستخدام الكحول لدى البروتستانت .
- العينة: أخذت من ١٣ إحصاء اجتماعي عام عقد في الولايات المتحدة الأمريكية ما بين عامي ٧٢ - ١٩٨٩م وخصوصاً الأعوام: ٧٧، ٧٨، ٨٠، ٨٣، ٨٤، ٨٦، ٨٧، ٨٨، ١٩٨٩م لأنه ورد فيها سؤال عن تعاطي الكحول، وعدد العينة ٣٧٧٢ فرداً أعمارهم من سن ١٨ سنة فأكثر وجميعهم من البروتستانت البيض المتزوجين .
- الأدوات :

١- قياس استخدام الكحول عن طريق سؤال هو: هل سبق له تعاطي أي نوع من الكحول ؟ نعم / لا .

٢- قياس التدين عن طريق ثلاثة أبعاد هي :

أ - عدد مرات حضور أنشطة الكنيسة.

ب - قوة الارتباط الديني بتعاليم الكنيسة .

ج - الاحتفاظ بشرح مكتوب للإنجيل .

٣- التطابق أو عدم التطابق مع نفس الطائفة الدينية للزوج أو الزوجة .

٤- الثبات على طائفة دينية واحدة من الصغر (سنة ١٦ سنة) حتى الآن أو تغيير ذلك .

٥- تثبيت العوامل التالية: العمر، الجنس، التعليم، الوضع الوظيفي، دخل الأسرة، السكن، العيش في جنوب البلاد .

- أهم النتائج :

١- هناك ارتباط سالب دال إحصائيا بين متغيرات التدين وتعاطي الكحول لدى أفراد العينة .

٢- كلما زاد الوعي بالمعنى الأخلاقي لتجنب استخدام الكحول كلما قوى الارتباط السالب بين التدين الفردي واستخدام الكحول(٧٥).

- تعليق: بينت الدراسة أثر الدين الإيجابي لتجنب تعاطي الكحول. ولكن يؤخذ عليها الاعتماد على الإحصاءات العامة دون مباشرة جمع البيانات من العينة، وكذلك الاقتصار على عرق معين وطائفة معينة دون غيرهم من أفراد المجتمع .

رقم الدراسة (٢٤):

- الباحثون: ستاك (Stack) و واسرمان (Wasserman)
- السنة: ١٩٩٢م .
- العنوان: تأثير الدين على فكرة الانتحار: تحليل من منظور الشبكات .
- العينة: أخذت العينة من الإحصاءات الاجتماعية العامة للأعوام من ١٩٧٢-١٩٩٠م. المطبقة في الولايات المتحدة الأمريكية وخصوصاً الأعوام: ٧٧، ٧٨، ٨٢، ٨٣، ٨٥، ٨٦، ٨٨، ٨٩، ١٩٩٠م . وذلك لاحتوائها على عبارات تقيس فكرة الانتحار، وكان عدد أفراد العينة ٥٧٢٦ فرداً أعمارهم من ١٨ سنة فأكثر من طائفة البروتستانت .
- الأدوات:

١- مقياس الموقف من الانتحار مكون من أربع عبارات. وحصل على درجة ثبات ألفا مقدارها ٠,٨١ .

٢- الطائفة الدينية المنطوية تحت البروتستانت وهم أربعة أقسام .

٣- البروتستانت قسموا إلى قسمين هما: محافظون، متحررون .

٤- الحماس الديني مقسم إلى قسمين: متوسط، عالٍ .

٥- تقسيمات زوجية لطوائف البروتستانت .

٦- عدد مرات حضور الكنيسة .

٧- الانتماء السياسي .

وتم تثبيت العوامل التالية: الدخل، التعليم، الوضع الاجتماعي، الجنس، العمر، المنطقة، السكن في المدينة أو الريف .

- أهم النتائج :

١- الأفراد المحافظون انخفضت لديهم فكرة الانتحار مقارنة بما يقابلهم .

٢- هناك ارتباط سالب دال إحصائيا مع عدد مرات حضور الكنيسة وفكرة الانتحار.

٣- الأفراد ذوو الحماس الديني المرتفع انخفضت لديهم فكرة الانتحار[٧٦].

- تعليق: دراسة جيدة بينت الأثر الإيجابي الوقائي للدين من تبني فكرة الانتحار، ويؤخذ عليها الاعتماد على الإحصاءات العامة دون مباشرة جمع البيانات من أفراد العينة، وكذلك الاقتصار على طائفة واحدة من ديانة واحدة .

رقم الدراسة (٢٥):

- الباحث: جلبرت (Gilbert).
- السنة: ١٩٩٢م .
- العنوان: الدين باعتباره مورداً نفسيا داعمًا للوالدين المتوفى لهما أولاد.
- العينة: ٢٧ زوجاً (٥٤ زوج وزوجة) من البيض المتوفى لهم أولاد خلال الفترة الماضية من ستة أشهر إلى سبع سنوات. وهؤلاء الأولاد منهم ثمانية توفوا وهم أجنة وثمانية عشر وهم رضع، متوسط أعمار الأزواج ٣٣,٦ سنة والزوجات ٣٢,١ سنة. ومتوسط فترة الزواج ٨,٨ سنة .
- الأدوات: مقابلات قامت بها باحثتان مدربتان على تقنيات المقابلة الشخصية. وكانت إحداهما تقوم بمقابلة أحد الزوجين والأخرى تقابل الطرف الآخر في نفس الوقت في غرفتين منفصلتين. وأهم المصادر التي استخدمت هي: محتوى المقابلات، ملفات المستشفى، الجماعات الداعمة للوالدين الفاقدين لأولادهما، القساوسة، الممرضات، أقارب بالغين .
- أهم النتائج: من خلال تحليل النتائج انقسمت العينة إلى ثلاث مجموعات هي:

١- المجموعة الأولى: وهي أكبر المجموعات (١٤ زوجة و ١٦ زوجاً) ٣٠ فرداً منهم ٢٨ حضروا أنشطة الكنيسة واثنان لم يفعلوا ذلك. ووجد أن أفراد هذه المجموعة نظروا إلى اللّه على أنه الحاكم المتصرف في شؤون الحياة بحكمة وإن قضاءه خير للإنسان، وقد يكون في وفاة الطفل خير لا نعرفه نحن الآن. وأن الحياة يجب أن تسير في اتجاهها

الصحيح. فكانت نتيجة هذه المشاعر هي التغلب على صعوبات فقد الولد والرضى بالقضاء والقدر .

٢- المجموعة الثانية: وعدد أفرادها ١٢ فرداً (٨ زوجات و ٤ أزواج) أحد عشر منهم حضروا أنشطة الكنيسة وواحد لم يفعل ذلك. أظهروا أن الدين وتعاليمه لم تساعدهم في التغلب على مشاعر فقد الولد وإظهار الغضب بسبب هذا الفقدان ولماذا يجعل اللّه هذا يحدث لهما؟ وهذه المشاعر تعكس ضعف التدين، والنتيجة عدم الرضى والسخط دون فائدة تذكر، بل على العكس من ذلك استمر التأثر لديهم دون اللجوء للعزاء والاستفادة من موارد الدين كالدعاء والرضا بالقضاء والقدر .

٣- المجموعة الثالثة: وهي مكونة من اثنى عشر فرداً (٥ زوجات و ٧ أزواج) ثلاثة منهم يحضرون أنشطة الكنيسة والباقي لا يحضرون. وأظهرت هذه المجموعة مشاعر ومواقف ترى أن الدين لا دخل له في أحداث الحياة بالنسبة لهم، لذلك لم يلجأوا إليه في هذه الأحداث لعدم تعودهم سابقاً الرجوع إلى الدين عند الشدائد من خلال تربيتهم السابقة في أسر لا تعطي للدين دوراً في حياة أفرادها. لذلك لم يلجأوا إلى الدين لطلب المساعدة للتغلب على الصعوبات الناتجة عن فقد الأولاد[٧٧].

- تعليق: دراسة وضحت أثر الدين في مساعدة الأفراد على مقاومة صعوبات وأحداث الحياة المؤلمة التي تمر بالإنسان، ويؤخذ عليها عدم استخدام مقاييس لقياس متغيرات الدراسة والاكتفاء بالمصادر التي سبق ذكرها، ولذا تصعب المقارنة والخروج بنتائج رقمية يسهل عرضها ومقارنتها. إضافة إلى صغر حجم عينة الدراسة.

رقم الدراسة (٢٦):

- الباحث: بينبريج (Bainbridge).
- السنة: ١٩٩٢م .
- العنوان: الدين والجريمة والجناح .
- العينة: ١٤٣٨ طالباً وطالبة من جامعة واشنطن في مدينة سياتل بأمريكا (٦٤٣ طالب و ٧٩٥ طالبة).
- الأدوات:

١- قياس التدين عن طريق السؤال التالي: كيف حضورك لأنشطة الكنيسة ؟ والإجابة في ما يلي: مرة أو أكثر في الأسبوع، مرتان إلى ثلاث في الشهر، مرة في الشهر، في الأعياد فقط، نادراً ما أحضر، لا أحضر أبداً .

٢- قياس الانحراف بالسؤال عن ستة أنواع من الانحرافات هي: القيادة في حالة السكر، شرب الخمر أكثر من مرة في الأسبوع، بيع مخدرات، استخدام كوكايين، استخدام الماريجوانا، ممارسة الجنس .

- أهم النتائج :

- هناك ارتباط سالب دال إحصائيا بين ارتفاع التدين واستخدام الكحول والمخدرات وممارسة الجنس .
- الأفراد الذين لا يحضرون أنشطة الكنيسة معرضون بعدد مضاعف للوقوع في السلوكيات المنحرفة قياساً بالأفراد الذين يحضرون أنشطة الكنيسة أسبوعيا[٧٨].

- تعليق: دراسة جيدة بينت الأثر الإيجابي للتدين في إبعاد الشباب عن الوقوع في السلوكيات المنحرفة. ويؤخذ عليها عدم إيضاح كيفية قياس الدين الذي قام على حضور نشاط الكنيسة فقط، والسلوكيات المنحرفة بدون تفاصيلها .

رقم الدراسة (٢٧):

- الباحثان: شدويك (Chadwick) وتوب (Top).
- السنة: ١٩٩٣م .
- العنوان: التدين والانحراف لدى المراهقين المسيحيين .
- العينة: ١٣٩٨ شابا أعمارهم ما بين ١٤ - ١٩ سنة يعيشون في سبع ولايات أمريكية هي: ديلور، نيويورك، شمال كارولينا، بنسلفانيا، فيرجينيا، واشنطن دي سي، غرب فرجينيا .
- الأدوات: استفتاء احتوى على ما يلي:

١- الانحراف في ثلاثة مجالات: جرائم بدون ضحايا، جرائم ضد الآخرين، جرائم ضد الممتلكات .

٢- قياس التدين تم في ستة أبعاد هي: الاعتقاد الديني، السلوك الديني الخاص، الخبرات الروحية، السلوك الديني العام، الممارسة الدينية للأسرة، مشاعر المشاركة في لقاءات الكنيسة .

٣- التعرف على أثر كل من: الأصدقاء وخصائص الأسرة على انحراف الشاب .

- أهم النتائج :

- كلما كان الشاب أكثر التزاماً بالسلوك الديني الشخصي وكذلك كلما كانت المشاعر الدينية قوية لديه كلما انخفض مستوى الانحراف لدى ذلك الشاب .
- حضور الكنيسة كان قادراً على التنبؤ بالجرائم التي بدون ضحايا بشكل دال إحصائيا لدى الشباب والشابات على السواء[٧٩].

- تعليق: الدراسة بيَّنت الأثر الإيجابي للتدين في الوقاية من الانحراف لدى الشباب، ويؤخذ عليها اقتصارها على ديانة واحدة مما حرمها من إمكانية المقارنة بين تأثير الديانات المختلفة على موضوع الدراسة .

رقم الدراسة (٢٨):

- الباحثون: ستاك (Stack) و واسرمان (Wasserman) وكبوسوا (Kposowa).
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان: تأثير الدين والأنوثة في فكرة الانتحار: تحليل لمعلومات إحصائية وطنية .
- العينة: أخذت العينة من الإحصاءات العامة الاجتماعية للأعوام من ١٩٧٢ - ١٩٩٠م. المطبقة في الولايات المتحدة الأمريكية وخصوصاً الأعوام: ٧٧، ٧٨، ٨٢، ٨٣، ٨٥، ٨٦، ٨٨، ٨٩، ١٩٩٠م. وذلك لاحتوائها على عبارات تقيس فكرة الانتحار. وكان عدد أفراد العينة ٩٤٢١ فرداً أعمارهم من ١٨ سنة فأكثر .
- الأدوات :

١- مقياس الموقف من الانتحار مكون من أربع عبارات وحصل في معامل ثبات ألفا على ٠,٨١ .

٢- الأنوثة مكون من ثلاث عبارات .

٣- التدين وتم قياسه عن طريق عدد مرات الحضور للكنيسة .

٤- تم تثبيت المتغيرات التالية: الموقف السياسي، العمر، الجنس، الحالة الاجتماعية، المشاركة في القوة النسائية العاملة، التعليم .

- أهم النتائج :

- وجود ارتباط سالب دال إحصائيا بين التدين وفكرة الانتحار لدى الرجال والنساء[٨٠].

- تعليق: بيّنت هذه الدراسة الأثر الإيجابي الوقائي للدين من تبني فكرة الانتحار، ويؤخذ عليها الاعتماد على الإحصاءات العامة دون مباشرة جمع البيانات من أفراد العينة مما يقلل الثقة في نتائجها لاحتمال دخول متغيرات تؤثر في نتائج الدراسة ولم يتحكم فيها الباحثون .

الخلاصة :

من خلال استعراضنا للدراسات الأجنبية السابقة يتبين ما يلي :

١- أن هناك ارتباطاً إيجابيا بين التدين ومظاهر الصحة النفسية كما ظهر في نتائج دراسات القسم الأول .

٢- أن هناك ارتباطاً سالباً بين التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية ومنها الانحراف كما ظهر في نتائج دراسات القسم الثاني .

٣- هناك عدد من الدراسات استخدمت بيانات الإحصاءات العامة لإجراء الدراسة عليها وهذا أسلوب يضعف من نتائج الدراسة، لاحتمال دخول متغيرات تؤثر على النتائج ولا يستطيع الباحث التحكم فيها (مثل الدراسات ذات الأرقام ٢، ٣، ١٢، ١٥، ٢٠، ٢٣، ٢٤، ٢٨)

٤- اقتصرت بعض الدراسات على فئة واحدة (دينية وهي الدراسات ذات الأرقام ١٥، ٢٣، ٢٤، ٢٧) أو (عرقية وهي الدراسات ذات الأرقام ١٦، ٢٢، ٢٣) مما يقلل من قيمة النتائج وإمكانية تعميمها .

٥- قياس التدين بعامل واحد وذلك في الأشكال التالية :

أ - عدد مرات الحضور للكنيسة (الدراسات ذات الأرقام ٢، ١٨، ٢٦).

ب - الانتساب لطائفة دينية معينة (دراسة رقم ١٥).

ج - العلاقة مع اللّه (دراسة رقم ٣).

د - البعد الداخلي للتدين (دراسة رقم ٦).

هـ - الدرجة المعلنة للتدين (دراسة رقم ١٤)..

والعامل الواحد يضعف من قيمة القياس لتعدد أبعاد التدين التي يجب قياسها.

٦- بعض الدراسات لم تستخدم مقاييس مقننة بل لجأت لأساليب قد لا تكون منضبطة بدرجة كافية مثل المقابلات الشخصية (دراسة رقم ١، ٢٥).

٧- الاعتماد على معلومات وردت في دراسات سابقة لإجراء الدراسة (دراسة رقم ٤) وهذا أسلوب يقلل من قيمة نتائج الدراسة .

٨- هناك بعض الدراسات كانت العينة فيها صغيرة بعض الشيء (الدراسات ذات الأرقام ٥، ٧، ١٩، ٢٥) مما يؤثر على نتائج الدراسة سلبياً.

٩- عكست الدراسات بصورة عامة أثر الدين على الصحة النفسية للإنسان، وهي أديان محرفة، فكيف يكون الحال عند الحديث عن الدين الصحيح الإسلام ؟ لا شك أن له أثرًا أقوى في الصحة النفسية للإنسان المسلم .

هوامش الفصل الثاني

(١) يونغ، كارل، الإنسان يبحث عن نفسه (٢)، ترجمة سامي علام وديمتري أفييرينوس، دمشق، دار الغربال، الطبعة الأولى ١٩٩٣م، ص ٢٥ .

(٢) المرجع السابق، ص ٢٨ .

(٣) المرجع السابق، ص ص ٢٨- ٢٩ .

(٤) Jung, C.G., The Collected Works, Psychology and Religion, W est and East, Volume Eleven, Second Edition, London, Routlege & Kegan Paul, p.5.

(٥) يونغ، كارل، الإنسان يبحث عن نفسه (٢)، ص ص ٢٩ - ٣٠.

(6) Jung, C.G. Psychology and Religion : W est and East, P. 334.

(٧) فرانكل، فيكتور، الإنسان يبحث عن معنى: مقدمة في العلاج بالمعنى، التسامي بالنفس، ترجمة طلعت منصور، الكويت، دار القلم، ط١، ١٤٠٢هـ، ص ١٣٥.

(٨) المرجع السابق، ص ١٣٦ .

(٩) المرجع السابق، ص ١٣٨ .

(١٠) المرجع السابق، ص ص ١٣٨ - ١٣٩ .

(١١) المرجع السابق، ص ١٥٧ .

(١٢) علم النفس الإنساني، إعداد فرانك سيفرين، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٧٨م، ص ٣٩ .

(١٣) المرجع السابق، ص ٤٠ .

(١٤) المرجع السابق، ص ٤٧ .

(١٥) المرجع السابق، ص ٤٢ .

(١٦) المرجع السابق، ص ٥٢ .

(١٧) فرويد، سيغموند، قلق في الحضارة، بيروت، دار الطليعة، ص ص ٢٠ - ٢١.

(١٨) المرجع السابق، ص ص ٢٩ - ٣٠، مابين قوسين من الباحث .

(١٩) المرجع السابق، ص ص ٣٤ - ٣٥ .

(٢٠) المرجع السابق، ص ٧٧ .

(٢١) المرجع السابق، ص ١٠٣ .

(٢٢) فرويد سيغموند، مستقبل وهم، بيروت، دار الطليعة، ص ص ٣٢ - ٣٣ .

(٢٣) المرجع السابق، ص ٤١ .

(٢٤) المرجع السابق، ص ٤٥ .

(٢٥) المرجع السابق، ص ٥٢ .

(٢٦) المرجع السابق، ص ٦٧ .

(٢٧) المرجع السابق، ص ص ٦٨ - ٦٩ .

(٢٨) المرجع السابق، ص ٧٤ .

(٢٩) المرجع السابق، ص ٦٠ .

(٣٠) Eysenck, Decline and Fall of The Freudian Empire, p14.
Webster, Why Freud was wrong, sin, science and psychoanalysis, p. 180, p.277.

(٣١) بدري، مالك، علماء النفس المسلمون في جحر الضب(٢). المسلم المعاصر، العدد ١٥، ١٢٩٨هـ، ص ١٢٠.

(٣٢) Webster, Why Freud was wrong, sin, science and Psychonalysis, p. 336.

(٣٣) Webster, p.13, p.359.

(٣٤) باكان، دافيد، فرويد والتراث الصوفي اليهودي. ترجمة طلال عتريس، ١٤٠٨هـ .

(٣٥) بدري، مالك، علماء النفس المسلمون في جحر الضب(٢)، ص ١٢٢ .

(36) Eyesnck, Decline and Fall of The Freudian Empire, p. 208.

(37) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 11-18.

(38) Schumaker, J.F., Religian and Mental Health, PP. 88-94.

(39) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, pp98-105.

(40) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP.111-112.

(41) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 138-140.

(42) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 153-156.

(43) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 179-185.

(44) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 190-195.

(45) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 200-208.

(46) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 211-217.

(47) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 223-228.

(48) Schumaker, J.F., Religion and Mental Health, PP. 292-298.

(49) Martin and Carlson, spiritual dimensions of Health Psychology, PP. 62-87.

(50) Bergin ,Allen E. Religiosity and Mental Health: A Critical Reevalution and Metaanalysis, Professional Psychology: Research and Practice, 1983, Vol. 14 (2) 170-184.

(51) Capps, Donald, Religion and Psychological Well-Being in The Sacred in a Secular Age: Toward Revision in the Scientific Study of Religion. Edited by P.E. Hammand. pp238-241.

(52) Gartner, J., D. Larson and G. Allen, Religious Commitment and mental Health A Review of the Empirical Literture, PP. 6-16.

(53) Shaver & Lenauer & Sadd, Religiousness conversion, and subjective well-Being P. 1563.

(54) George, A and P. McNamara, Religion, Race and PsychologicalWell - Being, PP. 355-361.

(55) Michello, J.A., spiritual and Emotional Determinants of Health, PP.64 68.

(56) Larson and Others, The Impact of Religion on men's Blood Pressure,PP. 268-273

(57) Shafranske, E.and H. N. Malony, California Psychologistis's Religiosity and Psychotherapy, PP. 221-228.

(58) Chamberlain, K. and S. Zika, Religiosity, Meaning in life, and Psychological well-Being, PP. 141-142. in J.F. Shumaker (Edited).Religion and Mental Health, New York :Oxford U. Press, 1992.

(59) Health, D., Personality Roots of well-Being, Religiosity, and its Handmaiden -Virtue. PP. 239-245.

(60) Schaefer, C. and R. Gorsuch, Situational and personal Variations in Religious coping, PP. 140-146.

(61) Frankel and Hewitt, Religion and well-Being among Canadian University students: The Role of Faith Groups on campus, PP. 65-71.

(62) Shortrz and worithingoton, Young Adult's Recall of Religiosity,Attributions, and coping in Parental Divorce, Journal for the Scientific Study of Religion, 1994, vol. 33 (2), PP. 173-178.

(63) Pargament, and others, methods of Religious coping with the Gulf war : cross-Sectional and Longitudinal analyses, PP. 350 - 357.

(64) Ferraro, K. and J. Koch, Religion and Health Aong Black and White Adults Examining Social Support and consolation, PP. 365 - 373.

(65) Rohrbaugh, J. and R. Jessor, Religiosity in Youth :A personal control against deviant Behavior, PP. 139 - 153.

(66) Khavari, K. and T. Harmon, The Relationship between the degree of professed Religious Belief and use of drugs, PP. 848-856.

(67) Stack and Kanavy, The Effect of Religion on forcible Rape: A structural Analysis, PP. 68-73

(68) Hadaway, Elifson and Petersen, Religious involvement and Drug Use among urban Adolescents, PP. 113 - 124.

(69) Adlaf and Smart, Drug use and Religious Affiliation, Feeling and Behavior, PP. 164-170.

(70) Humphrey, Leslie and Brittain, Religious Particiption, Southern University women, and Abstinence, Deviant behaviour, 1989, 10, PP. 146-154.

(71) Nelson, p. B., Ethnic Differences in Intrinsic / Extrinsic Religious Orientation and Depression in the Elderly, PP. 200-203.

(72) Clarke & Beeghley & cochran, Religiosity, Social Class, and Alcohol use:An Application of Reference Group Theory, PP. 206-214.

Ross, K., Religion and Psychological Distress, PP. 238-243. (73)

Brown & Ndubulsi & Gary, Religiosity and Psychological Distress Among Blacks, PP. 58-66. (74)

Cochran & Beeghley & Bock, The Influence of Religious Stability and homogamy on the Relationship between Religiosity and Alcohol use among Protestants, PP. 447-453. (75)

Stack, S. and I. wasserman, The Effect of Religion of suicide Ideology: An Analysis of the Networks perspective, PP. 460-464. (76)

Gilbert, K. Religion as a Resource for Beraved Parents, PP. 21 - 28. (77)

Bainbridge, W., Crime, Delinquency and Religion, PP. 201-203. (78)

Chadwick and Top, Religiosity and Deliguency among LDS Adolescents, PP. 55-65. (79)

Stack, Wasserman and Kposowa, The Effects of Religion and Feminism on suicide Ideology :An analysis on National Survey Data, PP. 112-117. (80)

الفصل الثالث

العلاقة بين التدين والصحة النفسية

في الدراسات العربية

الدراسات العربية في مجال التدين والصحة النفسية كثيرة، ولكنها متفرقة في ميادين شتى سواء في رسائل الماجستير والدكتوراه أو في بحوث الأساتذة في الدوريات العلمية، وهذه من الصعوبات التي تواجه الباحث العربي حيث لا يجد من يلم له هذا الشتات في دورية متخصصة يمكن الرجوع إليها لمعرفة عناوين الرسائل والبحوث التي صدرت في العالم العربي، كما هو الحال لدى الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA) والتي تصدر الدورية الشهرية المعروفة باسم الملخصات النفسية، حيث تعتبر مرجعاً مهما للباحثين فيما صدر من رسائل أو بحوث باللغة الإنجليزية في الغرب (وخصوصاً في أمريكا وإنجلترا).

وقد اجتهد الباحث في محاولة الحصول على أكبر قدر ممكن من الرسائل والبحوث ذات العلاقة، حيث سافر إلى مصر والأردن وسوريا وزار أهم الجامعات فيها بحثاً عن رسائل وبحوث ذات صلة بالدراسة الحالية، وقد تيسر بحمد اللّه الحصول على عدد لا بأس به منها .

وسيتم استعراض هذه الرسائل والبحوث بنفس الطريقة التي عرضنا فيها الدراسات الأجنبية من حيث الفقرات المعروضة ومن حيث التقسيم إلى قسمين: الأول: الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر الصحة النفسية، والثاني: الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية .

أولاً-الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر الصحة النفسية:

تناولى عدد من رسائل الماجستير والدكتوراه في عدد من الجامعات العربية وكذلك بحوث عدد من الأساتذة العلاقة بين التدين ومظاهر

الصحة النفسية المختلفة، ونعرض ما تيسر الحصول عليه منها فيما يلي:

رقم الدراسة : (١)

- الباحث : محمد الشيخ .
- السنة ١٩٨٠ م .
- العنوان : القيم وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب جامعة الأزهر.
- العينة ٤٨٠طالباً من طلبة جامعة الأزهر ومتوسط أعمارهم ٢٣,٦٤ سنة.
- الأدوات : استخدم الباحث ما يلي :

١ - مقياس القيم من إعداد الباحث ويضم ١٢ قيمة (الدينية المساعدة، الإنجاز، المثابرة، الاقتصادية، القيادة، النظرية، الجمالية، التسلية، الترويح، الجنس، التحرر والاستقلال، الصحة والراحة).

٢ - اختبار كاليفورنيا للشخصية لقياس التوافق النفسي .

- أهم النتائج : وجد الباحث أن القيمة الدينية لها الأولوية لدى عينة الدراسة، وهي الأكثر ارتباطاً بالتوافق النفسي (إيجابية ودالة إحصائيا) قياساً بالقيم الأخرى الإحدى عشرة [1] .

- تعليق: وضحت هذه الدراسة الارتباط الإيجابي بين القيمة الدينية (وهي تعكس تدين الفرد) والتوافق النفسي وهو أحد أهم مظاهر الصحة النفسية . ويؤخذ على هذه الدراسة عدم استقلال قياس التدين (القيمة الدينية) عن القيم الأخرى لأهميتها، وكذلك استخدامها مقياس للشخصية مترجمًا، وكان الأولى في هذا المجال إما تأليف مقياس للشخصية أو استخدام أحد المقاييس العربية المؤلفة للشخصية .

رقم الدراسة : (٢)

- الباحث : سعيدة أبو سوسو .
- السنة: ١٩٨٦م .
- العنوان: القيم الدينية والخلقية وأثرها على التوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات الجامعة .
- العينة: تكونت العينة من ٢٠٠ طالبة جامعية مسلمة مقسمة إلى مجموعتين عن طريق تطبيق مقياس القيم الفارقة، وأخذ الأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى على أساس التشدد في الخلق والتدين، والمجموعتان هما :

١ - المجموعة الأولى المتدينة ومكونة من ١٠٠ طالبة .

٢ - المجموعة الثانية غير المتدينة ومكونة من ١٠٠ طالبة .

- الأدوات : استخدمت الباحثة الأدوات التالية :

١ - اختبار بل للتوافق (ويشمل التوافق المنزلي والصحي والاجتماعي والانفعالي والكلي).

٢ - مقياس التشدد في الخلق والدين من اختبار القيم الفارقة .

وتم استخدام معاملات الارتباط وحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية واختبار (ت).

- أهم النتائج : ظهر ارتباط دال إحصائيا بين التدين والتوافق المنزلي والتوافق الانفعالي والتوافق الكلي، بينما لم يكن دالا في التوافق الصحي والاجتماعي . وهذا يبين الأثر الإيجابي للتدين على توافق الإنسان المسلم في حياته (٢) .

- تعليق : تبين من الدراسة الأثر الإيجابي للدين على توافق الفرد في حياته . ويؤخذ على الدراسة الاستعانة بالمقاييس الأجنبية المترجمة، وكان الأولى إما التأليف أو استخدام مقاييس مؤلفة باللغة العربية، لأن موضوع التدين الإسلامي يختلف عن موضوع التدين لدى الغربيين .

رقم الدراسة : (٣)

- الباحث : أشرف أحمد عبدالقادر .
- السنة: ١٩٨٦م.
- العنوان : القيم الدينية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية .
- العينة : تكونت العينة من ٥٠٠ طالب وطالبة بالفرقة الثالثة من كليات: الآداب، العلوم، التربية بجامعة بنها بمصر .
- الأدوات : استبانة القيم الدينية من إعداد الباحث .
- أهم النتائج : وجود علاقات ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين القيم الدينية وكل من السمات التالية : المسؤولية، الاتزان الانفعالي، السيطرة، الاجتماعية، الحرص، التفكير الأصيل، العلاقات الشخصية، الحيوية . وهذه النتائج تبين الأثر الإيجابي للالتزام بالإسلام وقيمه على سمات أفراده الشخصية [٣] .
- تعليق : الدراسة جيدة وضح من خلالها الارتباط الإيجابي بين الالتزام بقيم الدين الإسلامي ومظاهر الصحة النفسية من خلال السمات الإيجابية التي تناولتها الدراسة . ويؤخذ عليها الاقتصار على جامعة واحدة مع أنها كان بالإمكان دراسة أكثر من جامعة والمقارنة بينها .

رقم الدراسة : (٤)

- الباحثة : كريمة محمود حسن .
- السنة: ١٩٨٧م .
- العنوان : الاتجاه الديني وعلاقته بالتوافق الشخصي الاجتماعي لدى طلاب الجامعة من الريف والحضر .
- العينة ٤٣٩ طالباً وطالبة من السنة الثالثة بتربية عين شمس وتربية المنوفية بمصر .
- الأدوات :
  - مقياس الاتجاه الديني .
  - اختبار الشخصية للمرحلة الثانوية .
  - استمارة بيانات .
- أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائيا لصالح مجموعة الاتجاه الديني المرتفع - قياساً بمجموعة الاتجاه الديني المنخفض - في الأبعاد التالية:
  - بعد الإحساس بالحرية الشخصية .
  - بعد الاعتماد على النفس .
  - بعد الشعور بالانتماء .
  - بعد الخلو من الميول الانسحابية .
  - بعد التوافق الشخصي .
  - بعد الخلو من الميول المضادة للمجتمع [٤] .

● تعليق : الدراسة جيدة، وظهر من خلال نتائجها الأثر الإيجابي للاتجاه الديني المرتفع لدى الفرد على مواقفه وسلوكه . ويؤخذ عليها الاقتصار في عينة الدراسة على مستوى واحد من الدراسة الجامعية مما يضيق في مجال العينة وتنوعها .

رقم الدراسة (٥)

- الباحث : عبدالحميد نصار .
- السنة: ١٩٨٨م .
- العنوان : بعض المتغيرات الشخصية والاجتماعية المرتبطة بالاتجاه الديني.
- العينة : مكونة من ٦٨٢ طالباً وطالبة من ثلاث جنسيات عربية :

- ١٩١ طالباً سعوديا من كلية التربية بجامعة الملك سعود أعمارهم بين ١٩- ٢٥ سنة .
- ٢٦٠ طالباً مصريا من كلية التربية بجامعة المنصورة أعمارهم بين ٢٠- ٢٤ سنة .
- ١٣٠ طالبة مصرية من كلية التربية بجامعة المنصورة أعمارهن بين ٢٠- ٢٣ سنة .
- ١٠١ طالباً فلسطينيا من جامعات متفرقة أعمارهم بين ١٨-٢٢ سنة.

- الأدوات : استخدم الباحث المقاييس التالية :

- مقياس الاتجاه الديني مكون من ٩٤ عبارة، ومن إعداد الباحث .
- اختبار عوامل الشخصية الستة عشر للراشدين، تأليف كاتل، وإعداد سيد غنيم وعطية هنا وعبدالسلام عبدالغفار .
- قائمة ولبي للميل العصابي، إعداد أحمد عبدالخالق .
- استمارة تقدير الذات لقياس سمة القلق، تأليف سبيلبيرجر، وإعداد أحمد عبدالخالق .
- مقياس وجهة الضبط، إعداد طلعت حسن .
- مقياس التطرف لقياس سمة التصلب في الشخصية، تأليف مصطفى سويف .

● أهم النتائج :ـ

- أن مجموعة الطلاب الأقوياء في الاتجاه الديني كانوا أكثر ضبطاً داخليا واتزانًا انفعاليا وعصبيا من مجموعة الطلاب الضعاف والمتوسطين في الاتجاه الديني .

- أن مجموعة الطلاب الأقوياء في الاتجاه الديني كان متوسط درجاتهم في سمة الانطلاق أعلى من مجموعة الطلاب الضعاف والمتوسطين في الاتجاه الديني .

- أن مجموعة الطلاب الضعاف في الاتجاه الديني كانوا أكثر ميلاً عصابيًا وقلقاً وشكًا وتوتراً عصابيًا، وأقل ضبطاً داخليًا وأقل في قوة الضمير وفي المحافظة وفي الاتزان الانفعالي من مجموعة الطلاب الأقوياء والمتوسطين في الاتجاه الديني (٥) .

● تعليق :ـ دراسة جيدة تبين من خلال نتائجها الأثر الإيجابي لقوة التدين لدى الطالب على صحته النفسية وكذلك بعده عن الاضطرابات النفسية قياساً بزملائه الذين لديهم ضعف في التدين. ويؤخذ عليها كثرة المتغيرات مما ترتب عليه كثرة المقاييس وهذا يؤثر على دقة استجابة أفراد العينة لعبارات المقاييس لدخول عامل الملل أثناء الاستجابة .

رقم الدراسة : (٦)

● الباحث : رضا رزق حبيب .

● السنة: ١٩٨٨م .

● العنوان : علاقة التدين بمفهوم الذات والضبط الذاتي والدغوامتية .

● العينة : تكونت من ٢٩٠ طالباً وطالبة من الصف الأول من التعليم الجامعي الأزهري (ديني) وغير الأزهري (غير ديني).

● الأدوات :

- مقياس التدين .
- مقياس الاتجاه الديني (للدكتورة سعيدة أبو سوسو).
- مقياس وصف الذات .
- مقياس الضبط الذاتي .
- مقياس الدغوامتية لروكيش .

● أهم النتائج :

- وجود فروق دالة بين درجات طلاب التعليم الديني وغير الديني في مفهوم الذات لصالح التعليم الديني .
- البنين أكثر تديناً من البنات [٦].

● تعليق : دراسة جيدة بينت الأثر الإيجابي للتعليم الديني على مفهوم الذات لدى طلاب وطالبات الجامعة . ويؤخذ عليها عدم ترابط المتغيرات التي تم دراستها مقارنة بالتدين .

رقم الدراسة : (٧)

- الباحث : السعيد محمود السعيد زغلول .
- السنة: ١٩٨٩م .
- العنوان : القيم الدينية لدى طلاب جامعة الأزهر وبعض الجامعات الأخرى في مصر.
- العينة : تكونت العينة من ١٢٠٢ طالباً وطالبة يمثلون جامعات الأزهر وعين شمس والمنصورة والمنيا، ومتوسط عمر العينة هو ٢١ سنة .
- الأدوات :

  - مقياس القيم الدينية مكون من جزءين هما: المواقف (٦٠ موقفاً)، والعبارات التقريرية (٤٠ عبارة) وهو من تأليف الباحث . وحصل الباحث في مجال الصدق على صدق المحكمين والصدق الذاتي، وفي الثبات استخدام طريقة إعادة التطبيق على عينة مكونة من ٥٠ طالباً وطالبة وحصل على درجة ثبات قدرها ٠,٩٦.
  - استمارة بيانات عامة .

- أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات طلاب جامعة الأزهر مقارنة بمتوسط درجات طلاب الجامعات الثلاث الأخرى على مقياس القيم الدينية وفروعه لصالح طلاب جامعة الأزهر[٧].
- تعليق: توضح هذه الدراسة ونتائجها الأثر الإيجابي للتعليم الديني على شخصية الطالب وارتفاع مستوى القيم لديه مقارنة بالطلاب الآخرين الذين لم يحصلوا على مثل هذا التعليم . وقد يؤخذ على هذه الدراسة توقع النتائج قبل إ جرائها وكان بالإمكان إدخال متغيرات إضافية يتضح من خلال الفرق بين مجموعة الطلاب .

رقم الدراسة : (٨)

● الباحث : عباس إبراهيم متولي .

● السنة: ١٩٩٠م .

● العنوان: المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بالقيم لدى الشباب .

● العينة : تكونت من ١٣٥ طالباً و ٢٠٠ طالبة من الفرقة الثالثة بكلية التربية بدمياط .

● الأدوات :

- مقياس المسؤولية الاجتماعية (إعداد سيد أحمد عثمان) ومكون من ثلاثة عناصر هي : الاهتمام، الفهم، والمشاركة . ويتكون المقياس من ٨٥ عنصراً . وحصل الباحث على ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق على درجة مقدارها ٠,٧٦ . والصدق استخرج عن طريق الصدق التلازمي مع مقياس الاستعداد الاجتماعي، وكانت درجة الارتباط ٠,٦٢.

- استفتاء القيم (إعداد حامد زهران وإجلال سري) يقيس ست قيم هي : الاجتماعية، الاقتصادية، الجمالية، الدينية، السياسية ، النظرية . حصل الباحث على ثبات للمقياس بطريقة إعادة التطبيق للقيم الست حسب ترتيبها السابق على الدرجات التالية ٠,٧٦، ٠,٧٨، ٠,٨٠، ٠,٨٧، ٠,٦١، ٠,٧٢ . واستخرج الصدق عن طريق الصدق التلازمي مع اختبار القيم (إعداد عطية هنا)، وكانت درجات الارتباط حسب الترتيب السابق ما يلي:

٠,٨٩، ٠,٨٢ ٠,٨٤، ٠,٩١، ٠,٦٥، ٠,٧٦.

● أهم النتائج :

- وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين المسؤولية لية الاجتماعية والقيم الاجتماعية والدينية لدى عينة الطلاب .

- وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين المسؤولية الاجتماعية والقيم الاجتماعية والدينية لدى عينة الطالبات .

- تصدرت القيم الدينية والاجتماعية نسق القيم لدى الطلاب والطالبات ذوي الإحساس بالمسؤولية الاجتماعية (٨) .

● تعليق : دراسة جيدة وضح فيها الأثر الإيجابي للدين والتدين على شعور الطلبة والطالبات بالمسؤولية الاجتماعية .

رقم الدراسة : (٩)

- الباحث : حسن علي حسن .
- السنة: ١٩٩٠م .
- العنوان : الدين ودافعية الإنجاز : دراسة نفسية مقارنة لمستوى دافعية الإنجاز .
- العينة : تكونت من ١٣٢ طالباً وطالبة من أقسام الفلسفة وعلم النفس والاجتماع بكلية الآداب في جامعة المنيا، ومتوسط أعمارهم٥ , ٢٠ سنة(٨٥ مسلمون، و ٤٧ مسيحيون).
- الأدوات :

- الإنجاز وتم قياسه بثلاث طرق :

أ - مقياس مهرابيان للميل للإنجاز (Meharbian, 1969) .

ب - الإنجاز باعتباره أداء عن طريق الدرجة الكلية للتحصيل في نهاية العام الدراسي الجامعي مايو ١٩٨٥م لأفراد عينة الدراسة.

ج -الإنجاز باعتباره سمة عن طريق استخبار الإنجاز من إعداد الباحث .

- مقياس الحاجة للمعرفة (إعداد كاليبو وبيتي ١٩٨٤م) لقياس الحاجة للمعرفة .
- مقياس التسلطية (إعداد بيرن ولامبي) لقياس الميل للتيقن .
- مقياس المتشابهات لقياس الذكاء .

- مقياس الاستعمالات (إعداد جيلفورد) لقياس المرونة التلقائية . ولقياس الطلاقة الفكرية .
- مقياس المترتبات (إعداد جيلفورد) لقياس الأصالة .
- اختبار المترابطات البعيدة (إعداد ميدنك) لقياس الأصالة كذلك.
- مقياس ويلوبي لتأكيد الذات (إعداد ويلوبي) لقياس تأكيد الذات.
- مقياس مارلو - كراون لقياس الجاذبية الاجتماعية .
- مقياس ريتج للأحكام الأخلاقية لقياس الحساسية الأخلاقية .

● أهم النتائج :

- وجود فروق جوهرية بين المسلمين والمسيحيين فيما يتعلق بالإنجاز كسمة شخصية في اتجاه تفوق المسلمين على المسيحيين [٩].

● تعليق : الدراسة جيدة وبيَّنت أثر الإسلام في ارتفاع الإنجاز لدى المسلمين، ويؤخذ على الدراسة كثرة المتغيرات مما قد يولد الملل لدى أفراد العينة فيؤثر ذلك في استجاباتهم .

رقم الدراسة : (١٠)

- الباحث : عبدالمحسن عبدالحميد حمادة .
- السنة: ١٩٩٢م .
- العنوان : التوجه نحو التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية - الاجتماعية .
- العينة : تكونت من ٣٢٠ طالباً و ٣٢٠ طالبة من السنوات النهائية من جامعات الأزهر وعين شمس والزقازيق .
- الأدوات :

١ - مقياس التدين من إعداد الباحث ويغطي أربعة جوانب هي : العقائد (١١ عبارة)، العبادات (١٢ عبارة)، المعاملات (١٣ عبارة)، الأخلاق (١٢ عبارة) ليكون المجموع (٤٨ عبارة). واستخدم للصدق: الصدق الذاتي . وتم حساب الثبات بإعادة التطبيق على ٧٥ طالباً بفاصل زمني مقداره ثلاثة أسابيع فكانت معاملات الارتباط هي : العقائد ٠,٧٥، العبادات ٠,٨١، المعاملات ٠,٧٩، الأخلاق ٠,٨١، الكلي ٠,٧٩ .

٢ - مقياس تدين الآباء كما يدركه الأبناء من إعداد الباحث مكون من عشر عبارات لقياس التوجه الديني للأب وعشر عبارات أخرى لقياس التوجه الديني للأم . وحصل على ثبات بإعادة التطبيق٠,٨١.

٣ - مقياس قوة الأنا (ترجمة رشاد عبدالعزيز وصلاح أبو ناهية) أعاد الباحث تقنينه على البيئة المصرية وحصل في صدق الاتساق الداخلي على٤٠عبارة دالة ومرتبطة بالدرجة الكلية. والثبات معامله ٠,٧٦.

٤ - مقياس الضبط الداخلي - الخارجي (ترجمة رشاد عبدالعزيز وصلاح أبو ناهية) واحتوى على ٤٠ سؤالاً .

٥ - مقياس الجمود الفكري (ترجمة رشاد عبدالعزيز وصلاح أبو ناهية) وحصل في صدق الاتساق الداخلي على معامل قدرة (٠,٩٢). وحسب معامل صدق ارتباطه مع مقياس الجمود الفكري (تروزوال وبويل) فبلغت الدرجة (٠,٨٦). وحسب معامل ثبات التجزئة النصفية فكان ٠,٧٢، وثبات الإعادة ٠,٧٤

٦ - مقياس الاكتئاب (ترجمة رشاد عبدالعزيز) مكون من ٢٠ عبارة. وحساب صدق المحك مع مقياس الاكتئاب (بيك) الصورة الأصلية فبلغ ٠,٧٦. والصورة المختصرة فكانت ٠,٧٢ وكلها دالة إحصائياً. وحسب الثبات بالتجزئة النصفية فكان ٠,٧٢ وبإعادة التطبيق فكان ٠,٧٦ وكلها دالة إحصائيا .

● أهم النتائج :

- وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات المجموعة المرتفعة التدين والمجموعة المنخفضة التدين في متغيرات تدين الأب وتدين الأم وقوة الأنا لصالح المجموعة المرتفعة التدين .

- وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعة المرتفعة التدين والمجموعة المنخفضة التدين في متغيرات الضبط الخارجي والاكتئاب لصالح المجموعة المنخفضة التدين .

- لم توجد فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين في الجمود الفكري .

- وجود فروق دالة إحصائيا بين طلاب الأزهر وطلاب الجامعات الأخرى في التدين وكذلك تدين الأب لصالح طلاب الأزهر .

- وجود فروق دالة إحصائيا بين طلاب الأزهر وطلاب الجامعات الأخرى في متوسط درجات الاكتئاب لصالح طلاب الجامعات الأخرى[١٠].

● تعليق : الدراسة جيدة وظهر من خلالها الأثر الإيجابي للتدين لدى الوالدين وظهوره في تدين الأبناء . كذلك ارتباط التدين ببعض المظاهر الإيجابية للصحة النفسية (قوة الأنا) . وارتباطه السالب مع بعض مظاهر اختلال الصحة النفسية (الاكتئاب).

رقم الدراسة : (١١)

● الباحث : نزار مهدي الطائي .

● السنة: ١٩٩٢م .

● العنوان : الاتجاه نحو الدين وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من الطلبة الجامعيين في الكويت .

● العينة : تكونت العينة من ٤٢ طالباً و ١١٦ طالبة من قسم علم النفس بكلية الآداب في جامعة الكويت، ومتوسط أعمارهم ٢٣,٠٤ سنة .

● الأدوات :

١ - مقياس السلوك الديني من إعداد الباحث ومكون من ٧٧ عبارة موزعة على خمسة مقاييس هي : أساسيات الإيمان (١١ عبارة)، العبادات (١٧ عبارة)، العادات (٢٠ عبارة) المنجيات (١٥ عبارة)، المهلكات (١٤ عبارة). وامتدت معاملات الصدق الذاتي للمقاييس الفرعية من ٠,٨٢ - ٠,٩٤. والثبات بطريقة إعادة التطبيق للمقاييس الفرعية امتدت بين ٠,٦٦ - ٠,٨٨، وللمقياس ككل كانت ٠,٩٠. كما استخدم مقياس خارجي هو مقياس التوجه نحو الدين في اختبار الشخصية المتعدد الأوجه وارتباط بالمقياس الحالي فكان المعامل٠,٨٢

٢ - اختبار الشخصية أعده برزويتر وترجمه محمد عثمان نجاتي، وتكون من ١٢٥ فقرة . ويحتوي على ستة مقاييس فرعية . وكان ثباته بإعادة التطبيق امتدت بين ٠,٨٢ - ٠,٨٥ وفي الصدق قياس ارتباط الفروع بمقاييس أخرى وامتدت معاملات الصدق بين ٠,٦٧ - ٠,٩٩ .

٣ - اختبار الشخصية المتعدد الأوجه أعده ستارك وهاثاوي وماكنلي وترجمه عطية محمود هنا وآخرون ويتكون من ٥٦٦ فقرة تمثل أربعة مقاييس للصدق وعشرة مقاييس إكلينيكية .

● أهم النتائج :

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الاتجاه نحو الدين وبعض السمات السوية للشخصية الواردة في مقاييس الدراسة .
- وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات الطلاب الحاصلين على درجات مرتفعة في الاتجاه الديني ودرجات الطلاب الحاصلين على درجات منخفضة في الاتجاه الديني في سمات الشخصية السوية لصالح المجموعة الأولى .
- تميل الصفحة النفسية للحاصلين على درجات مرتفعة في الاتجاه الديني نحو الصحة النفسية السوية بقدر أكبر مما هو ظاهر لدى الطلاب الحاصلين على درجات منخفضة في الاتجاه الديني[١١].

● تعليق : الدراسة جيدة ووضح من نتائجها الأثر الإيجابي للدين على الصحة النفسية للأفراد، وارتباط التدين بالصحة النفسية، وارتباط انخفاض مستوى التدين ببعض علامات اختلال الصحة النفسية .

رقم الدراسة : (١٢)

- الباحثة : منال جنيد .
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان: التكيف القيمي – دراسة في القيم وأثرها في التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين .
- العينة : تكونت من ٤٥٠ طالباً وطالبة من جامعتي دمشق وتشرين من السنة الدراسية الثالثة .
- الأدوات :

- استخبار القيم من إعداد الباحثة ويتكون من ١٣١ عبارة موزعة على سبع قيم (المعرفية، الاقتصادية، الاجتماعية، السياسية، الجمالية، الدينية، الترويحية) واستخدم صدق المحكمين . والثبات بإعادة التطبيق حصل على ٠,٨٥ .
- استخبار التكيف من إعداد الباحثة ويتكون من ١٧٩ عبارة موزعة على تسعة مجالات (النفسي، الصحي، الاجتماعي، الدراسي، الانفعالي، المعرفي، القيمي، الأسرة، المجتمع) واستخدم صدق المحكمين . والثبات بإعادة التطبيق وحصل على ٠,٨٦ .

- أهم النتائج :

- احتلت القيم الدينية المرتبة الأولى في ترتيب نسق القيم لدى عينة الدراسة .
- ارتبطت القيم الدينية بالتكيف الاجتماعي ارتباطاً إيجابيا دالا إحصائيا .
- تفوقت الإناث على الذكور في القيم الدينية [١٢] .

● تعليق : ظهر في نتائج الدراسة أهمية القيم الدينية للطلاب والطالبات واحتلالها المرتبة الأولى في نسق القيم لديهم . كما ظهر الارتباط الإيجابي بين القيم الدينية والتكيف الاجتماعي . ويؤخذ على الدراسة عدم وضوح تسلسل المنهج العلمي في كتابتها .

ثانياً - الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية:

في هذا القسم نعرض لعدد من رسائل الماجستير والدكتوراه وبحوث الأساتذة التي تناولت مظاهر اختلال الصحة النفسية وارتباطها بضعف مستوى التدين أو العكس .

رقم الدراسة : (١٣)

- الباحث : مصطفى أحمد تركي .
- السنة: ١٩٧٨م .
- العنوان: العلاقة بين التدين وبين العصابية والانبساط والثقة بالنفس والدافعية للإنجاز والمرونة عند طلبة الجامعة .
- العينة : تكونت من ٩٩ طالباً من كليتي الآداب والتربية بجامعة الكويت ومتوسط أعمارهم ٢١,٥ سنة .
- الأدوات :
  - مقياس العصابية من اختبار أيزنك .
  - مقياس الانبساط من اختبار أيزنك .
  - مقياس الدافعية في اختبار إدوارد للتفضيل الشخصي .
  - مقياس الثقة بالنفس من اختبار جيلفورد .
  - مقياس المرونة من اختبار كاليفورنيا للشخصية .
  - مقياس التدين من اختبار الشخصية الشامل بعد أن قام الباحث بترجمته وإدخال تعديلات عليه واستخرج له ثباتًا وصدقًا مقبولين.

● أهم النتائج :

- توجد علاقة موجبة بين التدين وكل من الثقة بالنفس والمرونة .

- لا توجد علاقة بين التدين وكل من العصابية والانبساط [١٣].

● تعليق : النتائج بيَّنت أن سمة العصابية لا ترتبط بالتدين، وعلى العكس ارتبط التدين بالثقة بالنفس وكذلك بالمرونة التي كان ارتباطها دالا إحصائيا . ويؤخذ على الدراسة اعتمادها على مقاييس أجنبية خصوصاً في قياس التدين لدى المسلمين .

رقم الدراسة : (١٤)

- الباحث : مصطفى الشرقاوي .
- السنة: ١٩٨٥م .
- العنوان : الحس الديني لدى الأسوياء والعصابيين في مرحلة المراهقة.
- العينة: ٤٠٠ من المراهقين الذكور والإناث بمصر . وتم تحديد ٧٠ فرداً لتمثيل الأسوياء و ٧٠ فرداً آخرين لتمثيل العصابيين ممن حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس العصابية .
- الأدوات :
  - مقياس الحس الديني .
  - مقياس الصحة النفسية وشمل : الاكتئاب، القلق، عدم التوافق، بعض الأمراض الأخرى .
- أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعتي الأسوياء والعصابيين في الحس الديني، فقد ارتبط التدين المنخفض بالأعراض العصابية الواردة في الدراسة، بينما ارتبط التدين المرتفع بالخلو من الأعراض العصابية [١٤].
- تعليق : تبين نتائج الدراسة ارتباط انخفاض مستوى التدين بعدد من الأعراض العصابية، بينما ارتفاع مستوى التدين عكس الخلو من تلك الأعراض، وهي نتيجة قوية على الأثر الإيجابي للتدين . ويؤخذ على الدراسة اقتصار مفهوم التدين على الحس الديني وهذا غير كاف خصوصاً في المفهوم الإسلامي .

رقم الدراسة : (١٥)

- الباحث : محمود عودة محمد .

- السنة: ١٩٨٩م .

- العنوان: بعض أشكال عصاب الوسواس القهري وعلاقته ببعض المعطيات الدينية .

- العينة: مكونة من خمسة أفراد يعانون من وساوس قهرية [٣ نساء ورجلان] و مدى الأعمار من٢٢-٤٨ سنة بمتوسط عمري ٣٢ سنة.

- الأدوات : تم إخضاع الحالات الخمس لبرنامج علاج ديني مستوحى من طرق العلاج القديمة [التراثية وخصوصاً لدى الغزالي وابن القيم] والحديثة [لدى مدارس العلاج النفسي الحديثة] . واحتوى البرنامج على عشرة عناصر . ومن أهمها تزويد المريض برأي الشرع فيما يمارسه من سلوك وسواسي . واستثارة عواطف المريض الدينية الكارهة لاتباع الشيطان ووسواسه . إطلاع المريض على العديد من الآيات القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة التي تتحدث عن مغفرة اللّه وسعة رحمته لتخفيف القلق والاكتئاب .

- أهم النتائج :

- أن البرنامج المذكور أعطى نتائج إيجابية في علاج الحالات الخمس . وبعد المتابعة لوحظ عودة بعض الحالات ولكن بدرجة أخف من قبل، مع متابعة المعالجين لحالة التحسن لتلك الحالات [١٥].

- تعليق : دراسة تطبيقية عيادية جيدة بيّنت الأثر الإيجابي لتعاليم الدين على سلوك الفرد . ويؤخذ عليها قلة أفراد العينة، وعدم عمق البرنامج العلاجي المستخدم، وعدم وجود مجموعة ضابطة، إضافة إلى عدم أجراء مقارنة بين العلاج الديني والعلاج لدى الغربيين .

رقم الدراسة : (١٦)

- الباحث : محمد السيد أحمد حوالة .
- السنة : ١٩٩٠م .
- العنوان : القلق الأخلاقي وعلاقته بالقيم والمفاهيم الدينية لدى شرائح من الشباب المصري الجامعي (دراسة ميدانية) .
- العينة : تكونت العينة من ١٠٠ طالب من كلية أصول الدين في جامعة الأزهر و ١٠٠ طالب من كلية التربية في جامعة قناة السويس. ومدى الأعمار من ٢٢-٢٦ سنة .
- الأدوات : استخدم الباحث أربعة اختبارات هي :

١ - اختبار تحديد القضايا [الصورة العربية لقياس نمو التحكم الأخلاقي] إعداد محمد رفقي محمد فتحي .

٢ - اختبار حالة وسمة القلق للكبار (ترجمة عبدالرقيب أحمد بحيري) .

٣ - اختبار روتر لتكملة الجمل (إعداد صفاء الأعسر) .

٤ - اختبار القلق الأخلاقي من إعداد الباحث ويتكون من ٨٠ عبارة. وتم استخراج صدق المحكمين . والثبات بطريقة التجزئة النصفية حيث كان المعامل ٠,٧٩

- أهم النتائج :

- وجود علاقة عكسية دالة إحصائيا لدى عينتي الدراسة بين القلق الأخلاقي وقلق الحالة وكذلك قلق السمة .
- لدى عينة طلاب أصول الدين من جامعة الأزهر وجدت علاقة عكسية ضعيفة بين مقياس القلق الأخلاقي ومقياس التوافق النفسي[١٦].

- تعليق : وضح في نتائج الدراسة أثر الدين في إبعاد الفرد عن القلق بأنواعه وكذلك بعض مظاهر عدم التوافق النفسي . ويؤخذ عليها عدم الوضوح في الإجراءات المنهجية أثناء تطبيق الدراسة .

رقم الدراسة : (١٧)

- الباحثة : إسعاد عبدالعظيم البنا .
- السنة: ١٩٩٠م .
- العنوان : دور الأدعية والأذكار في علاج القلق كأحد طرق العلاج النفسي الديني .
- العينة : تكونت من ٢٠ طالبة من طالبات كلية التربية بالمنصورة ممن حصلن على أعلى الدرجات، من عينة أكبر عددها ١٤٩ طالبة، على مقياس القلق الصريح لتيلور .
- الأدوات :

- مقياس القلق الصريح لتيلور (MAS) ويتكون من ٥٠ عبارة لقياس القلق لدى الراشدين . وكان معامل الصدق مع مقياس كاتل للقلق بدرجة ٠,٦٦ والثبات بإعادة التطبيق ٠,٨٣ وقد قام بذلك معد الاختبار بصورته العربية محمد حسن العلاوي .
- استمارة بيانات شخصية اجتماعية من إعداد الباحثة .
- برنامج علاجي من إعداد وتنفيذ الباحثة (استغرق ١٦ جلسة على مدى ٤ أشهر).

- أهم النتائج : وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الطالبات على مقياس القلق الصريح لتيلور قبل وبعد استخدام الأسلوب العلاجي، لصالح التطبيق القبلي عند مستوى دلالة (٠,٠٠١) [١٧].
- تعليق : الدراسة جيدة وضح فهيا الأثر الكبير لقراءة القرآن والمداومة على الأدعية والأذكار في علاج القلق لدى عينة الدراسة . ويؤخذ عليها صغر العينة، وعدم وضع تفصيل متدرج لتنفيذ البرنامج العلاجي، وعدم وجود مجموعة ضابطة .

رقم الدراسة : (١٨)

- الباحثة : سهير كامل أحمد .
- السنة: ١٩٩١م .
- العنوان : البناء النفسي القائم وراء جريمة (زنا الزوجات) دراسة إكلينيكية .
- العينة : ست زوجات مسجونات في سجن القناطر الخيرية بمصر، وتراوحت أعمارهن ما بين ٢٢ – ٤٥ سنة بمتوسط قدره ثلاثون سنة.
- الأدوات :
  - استمارة دراسة الحالة .
  - مقابلة إكلينيكية .
  - اختبار تفهم الموضوع .
- أهم النتائج :

- إن عينة الدراسة ليس لديهن تقدير لمسائل الدين المرتبطة بالقيم الرفيعة والأهداف السامية مما جعلهن يقعن في هذه الجريمة .
- وجود اختلال في القيم الدينية لدى عينة الدراسة كان من أسباب تدهور حياتهن الأسرية ووقوعهن في الجريمة [١٨].

- تعليق : الدراسة جيدة وضح فيها أثر ضعف التدين والالتزام بتعاليم الدين على سلوك المرأة ووقوعها في الجريمة . ويؤخذ عليها قلة عدد العينة، وعدم تطبيق مقياس لقياس الجانب الديني لدى عينة الدراسة.

رقم الدراسة : (١٩)

- الباحث :محمد أيمن محمد خير عرقسوسي .
- السنة: ١٤١٢هـ .
- العنوان : أثر الاسترخاء والرقية الدينية في علاج ضغط الدم الأساسي.
- العينة ١٤٤ مريضاً بضغط الدم ممن يعالجون في قسم الباطنية بمستشفى الخرطوم التعليمي (لم يبين الجنس ولا متوسط العمر). مقسمين إلى مجموعة تجريبية ٦٩ فرداً وضابطة ٧٥ فرداً .
- الأدوات :

- استخدم الباحث أدوات طبية لقياس ضغط الدم، وجهاز تدليك كهربائي .
- مسجل لإسماع الرقية الدينية التي أعدت بشكل مقدمة ومجموعة من الآيات والأدعية .
- المجموعة الضابطة تخضع لجلسات تدليك وتدريبات استرخاء فقط. والمجموعة التجريبية يضاف إلى ماذكر أعلاه استماع الرقية أثناء الجلسات ثم مطالبة المريض بترديد الآيات والأدعية أثناء ممارسته للتدريبات في منزله .

- أهم النتائج : ظهرت فروق في نسبة التحسن بين المجموعتين بلغت ١١ ,٢٧٪ لصالح المجموعة التجريبية (التي استمعت للرقية الدينية واستخدمتها)، مما يؤيد الأثر الإيجابي للأدعية الدينية على صحة الإنسان المسلم [١٩].
- تعليق : الدراسة جيدة إلاّ أنه يؤخذ عليها عدم بيان جنس أفراد العينة وكذلك متوسط أعمارهم والاقتصار على سماع الأدعية دون شرح معانيها .

رقم الدراسة : (٢٠)

- الباحث : رشاد موسى .
- السنة: ١٩٩٣م .
- العنوان : أثر التدين على الاكتئاب النفسي .
- العينة : تكونت من ١٨٠ طالباً وطالبة من جامعة الأزهر، بمتوسط عمر ٢٣ سنة تقريباً .
- الأدوات :

- مقياس الصحة النفسية الديني [إعداد هانم محمد شريف] وتكون من ٥٠ سؤالاً وله ثلاثة أبعاد : الحس الديني، الحس الذاتي، الحس الاجتماعي .
- مقياس بك للاكتئاب .

- أهم النتائج :

- وجود فروق دالة إحصائيا بين الأفراد مرتفعي التدين والأفراد منخفضي التدين في الأعراض الاكتئابية (الواردة في الدراسة) عند مستوى الدلالة ٠,٠١ لصالح مجموعة الأفراد منخفضي التدين .
- كلما كان الفرد أقل تديناً كانت الفرصة أكبر لظهور الأعراض الاكتئابية عليه[٢٠].

- تعليق : الدراسة جيدة، ووضح في نتائجها الارتباط بين انخفاض مستوى التدين وظهور علامات الاكتئاب على الفرد . ويلاحظ عليها ضعف بناء مقياس الصحة النفسية .

رقم الدراسة : (٢١)

- الباحث : جلال محمد سليمان بيومي .
- السنة: ١٩٩٣م .
- العنوان : التطرف وعلاقته بمستوى النضج النفسي الاجتماعي لدى الشباب .
- العينة : تكونت من ٨٠٠ طالب وطالبة من كلية التربية - جامعة الزقازيق، وتراوحت أعمارهم مابين ٢٠ - ٣٥ سنة .
- الأدوات :

- مقياس التطرف لدى الشباب، من إعداد الباحث وتكون من ٨٤ عبارة موزعة على سبعة أبعاد . واستخرج الصدق العاملي، وصدق الاتساق الداخلي وكانا دالين . ودرجة الثبات للأبعاد الفرعية كانت جيدة.
- مقياس النضج النفسي الاجتماعي للشباب من إعداد الباحث، وتكون من (١٢٦ عبارة) موزعة على اثني عشر مقياساً فرعيا، واستخرج الصدق العاملي، وصدق الاتساق الداخلي وكانا دالين، ودرجة الثبات للأبعاد الفرعية كانت جيدة .

- أهم النتائج :

- كلما قل نصيب الفرد من مستوى نضجه النفسي الاجتماعي كلما كان أكثر عرضة للتطرف .
- الإناث أكثر ميلاً للتطرف من الذكور [٢١].

- تعليق : الدراسة جيدة ووضح فيها أن الأفراد المتطرفين (وهم عادة قليلو التحصيل الشرعي الصحيح) أقل في مستوى نضجهم النفسي والاجتماعي، ويؤخذ عليها احتواء المقاييس على أبعاد متفاوتة في غرضها مما يقلل من الاتساق داخلها .

رقم الدراسة : (٢٢)

- الباحثان : محمود غلاب ومحمد الدسوقي .
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان : دراسة نفسية مقارنة بين المتدينين جوهريا والمتدينين ظاهريا في الاتجاه نحو العنف وبعض خصائص الشخصية .
- العينة : تكونت من ٤٥٤ طالباً وطالبة من جامعتي عين شمس والمنيا، منهم ٢٣٦ ذكور و ٢١٨ إناث، وبالنسبة للديانة منهم ٢٧٣ من المسلمين و ١٨١ من المسيحيين . وتراوحت أعمارهم ما بين ١٨- ٢٢ سنة بمتوسط عمري مقداره ١٩,٦ سنة .
- الأدوات :

- مقياس التوجه الديني وفيه صورتين الأولى للمسلمين ويتكون من مقياس التوجه الديني الظاهري ويشمل (١٧ عبارة) ونفس العدد لمقياس التوجه الديني الجوهري. والصورة الثانية للمسيحيين ويتألف من (١٣ عبارة) لقياس التوجه الديني الظاهري ومثلها لقياس التوجه الديني الجوهري .
- مقياس الاتجاه نحو العنف ويتكون من ٦٦ سؤالاً .
- قائمة إيزنك للشخصية وتتكون من ٥٧ فقرة موزعة على بعدين .
- مقياس الجمود يتكون من ٣٠ بنداً .
- مقياس السيطرة ويتكون من ٤٦ فقرة .
- اختبار تأكيد الذات ويتكون من ٣٠ عبارة .
- مقياس روتر لوجهة الضبط ويتكون من ٢٣ فقرة .
- اختبار سمة القلق للكبار ويتكون من ٢٠ عبارة .

وحصلت جميع المقاييس على صدق وثبات جيدين .

● أهم النتائج :

- توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ بين مرتفعي التوجه الديني الظاهري ومرتفعي التوجه الديني الجوهري (المسلمين ذكورًا وإناثًا) في الاتجاه نحو العنف، لصالح مجموعة مرتفعي التوجه الديني الظاهري .

- توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥ بين مرتفعي التوجه الديني الظاهري ومرتفعي التوجه الديني الجوهري (المسيحيين ذكورًا وإناثًا) في الاتجاه « نحو العنف » لصالح مجموعة مرتفعي التوجه الديني الظاهري .

- في خصائص الشخصية السلبية وجدت بين مختلف فئات العينة من حيث الديانة والجنس حيث كانت مجموعة التوجه الديني الظاهري أعلى في تلك الخصائص من مجموعة التوجه الديني الجوهري[٢٢] .

● تعليق : الدراسة جيدة ووضح فيها أن التوجه الديني الظاهري يرتبط إيجابيًا مع الاتجاه نحو العنف وبعض سمات اضطراب الشخصية (العصاب، سمة القلق، الاضطراب الانفعالي، الجمود، السيطرة) على عكس الأفراد مرتفعي التوجه الديني الجوهري . ويؤخذ على الدراسة كثرة عدد المقاييس مما قد يؤدي إلى الملل وإعطاء إجابات غير دقيقة .

رقم الدراسة : (٢٣)

- الباحثون : محمد محمد سيد خليل ومحمد المهدي وعماد نصير .
- السنة: ١٩٩٤م .
- العنوان : السلوك الديني لدى مدمني العقاقير والكحول .
- العينة : تكونت من ٩٠ مدمناً و ٩٤ غير مدمن من المصريين المسلمين، ومتوسط أعمار المدمنين ٣٤,٩٤ سنة وغير المدمنين ٢٨,٨٣ سنة .
- الأدوات :
  - مقياس الالتزام الديني ويتكون من ٥٥ فقرة .
  - استبيان الوازع الديني ويتكون من ١٠٨ فقرة .
- أهم النتائج :
  - غير المدمنين أكثر تديناً من المدمنين .
  - غير المدمنين أكثر معرفة بغالبية العبادات وأداءً لها من المدمنين .
  - غير المدمنين أكثر معرفة بالمحرمات وأقل ارتكاباً لها من المدمنين.
  - المدمنين أقل ممارسة للأخلاق الحميدة وأكثر إظهاراً للأخلاق غير الحميدة من غير المدمنين .
  - نسبة غير المدمنين الذين يقيمون علاقات طبيعية مع أفراد الأسرة والمجتمع المحيطين بهم أكبر منها لدى المدمنين [٢٣].
- تعليق : دراسة جيدة وضح فيها الأثر السلبي لضعف التدين لدى المدمنين على شخصياتهم ووقوعهم في كثير من المعاصي، واضطراب علاقاتهم بأسرهم ومجتمعهم .

رقم الدراسة : (٢٤)

- الباحث : محمد درويش محمد .
- السنة: ١٩٩٥م.
- العنوان : مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى طلاب الجامعة .
- العينة : تكونت من ٢٠ طالباً في الفرقة الثالثة بتربية جامعة عين شمس ممن حصلوا على درجات الأرباعي الأعلى على مقياس القلق. وقسموا إلى مجموعتين تجريبية (ن = ١٠)تعرضت للمعالجة الدينية، وضابطة (ن = ١٠) لم تتعرض لأي معالجة، ومتوسط عمر العينة ٢٠,٣٢ سنة .
- الأدوات :

- مقياس القلق من إعداد الباحث ومكون من ٤٥ عبارة . وحسب له الصدق العاملي، وصدق المحك مع عدد من مقاييس القلق . وحسب الثبات بإعادة التطبيق وحصل على ٠,٩٤.
- طبق برنامج علاجي للمجموعة التجريبية استغرق ١٥٠ جلسة طبقت بطريقة فردية .

- أهم النتائج :

- وجود فروق دالة إحصائيا في درجات القلق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد انتهاء البرنامج العلاجي لصالح المجموعة التجريبية [٢٤].

● تعليق : أوضحت نتائج الدراسة الدور الكبير الذي تقوم به الأدعية الدينية في تخفيض القلق لدى الأفراد ، مما يعني الارتباط العكسي بعد الالتزام بتعاليم الدين وارتفاع مستوى القلق لدى الفرد . ويؤخذ على الدراسة قلة عدد أفراد عينة الدراسة .

الخلاصة :

من خلال استعراضنا للدراسات العربية السابقة يتبين ما يلي :

١ - ظهور ارتباط إيجابي بين التدين ومظاهر الصحة النفسية كما دلت على ذلك نتائج دراسات القسم الأول .

٢ - ظهور ارتباط سالب بين التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية كما دلت على ذلك نتائج دراسات القسم الثاني .

٣ - اقتصرت بعض الدراسات على عينات قليلة العدد (الدراسات ذات الأرقام ١٤، ١٦، ١٧، ٢٢) مما يحد من الاستفادة من نتائجها.

٤ - أكثرت بعض الدراسات من المتغيرات والمقاييس المستخدمة (الدراسات ذات الأرقام ٦، ٩، ١٠، ٢٠) مما قد يوجد الملل لدى العينات وتكون الاستجابات غير صادقة في كثير من الأحيان .

٥ - اقتصرت بعض الدراسات على مقياس واحد أو برنامج معد من الباحث دون استخدام مقاييس (الدراسات ذات الأرقام ٤، ١٤، ١٩) مما يقلل من دقة النتائج التي يحصل عليها الباحث .

٦ - ركزت الدراسات على المسلمين مع وجود فئات دينية أخرى في بعض المجتمعات العربية بنسبة تمثيل لا بأس بها ماعدا ا(لدراسات ذات الأرقام ٩، ٢٠)، ودراسة الديانات الأخرى مفيد لمقارنة النتائج . وظهر في الدراستين المذكورتين تفوق المسلمين على غيرهم .

٧ - في العديد من الدراسات ظهر نقص في البيانات خصوصاً عند ذكر العينة حيث يهمل العمر وأحياناً استخراج متوسط العمر لعينة الدراسة (الدراسات ذات الأرقام ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٨، ١٠، ١٢، ١٣، ١٦، ١٩) وهذا يحرم القارئ من معلومات هامة ومفيدة .

٨ - ظهرت الدراسات العربية بصورة عامة أفضل من الأجنبية في تناول هذا الموضوع وقلة المآخذ عليها .

٩ - ظهر أثر الدين الإسلامي الواضح في تأثيره على سلوك المسلمين بشكل إيجابي سواء في أساليب الوقاية أو العلاج من الاختلالات النفسية، وكذلك الارتباط الإيجابي للملتزم بتعاليم دينه وبين صحته النفسية .

هوامش الفصل الثالث

(١) الشيخ، محمد محمد مصطفى، القيم وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب جامعة الأزهر، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية - جامعة الأزهر، ١٩٨٠م.

(٢) أبوسوسو، سعيدة، الكتاب السنوي في علم النفس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، الجلد الخامس، أعمال المؤتمر السنوي الثاني لعلم النفس، ١٩٨٦م .

(٣) عبدالقادر، أشرف أحمد، القيم الدينية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، ١٩٨٦م .

(٤) حسن، كريمة محمود، الاتجاه الديني وعلاقته بالتوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب الجامعة من الريف والحضر، رسالة ماجستير غير منشورة، تربية المنوفية، ١٩٨٧م.

(٥) نصار، عبدالحميد، بعض المتغيرات الشخصية والاجتماعية المرتبطة بالاتجاه الديني، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بجامعة المنصورة، ١٩٨٨م .

(٦) Habib , Rida Rezk , Religiosity and it's Relationship to Self - Concept locus of control and dogamtism , Ph.D, University of Southern California , August 1988 .

(٧) زغلول، السعيد محمود، القيم الدينية لدى طلاب جامعة الأزهر وبعض الجامعات الأخرى في مصر، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بجامعة الأزهر، ١٩٨٩م.

(٨) متولي، عباس إبراهيم، المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بالقيم لدى شباب الجامعة، المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر ٢٤-٢٢ يناير ١٩٩٠م، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، الجزء الثاني، ص ٨١٥ .

(٩) حسن، حسن علي، الدين ودافعية الإنجاز : دراسة نفسية مقارنة لمستوى الإنجاز، المسلم المعاصر، العددان ٥٥/٥٦، يناير / فبراير / مارس ١٩٩٠م . ويلاحظ أن الباحث سبق له نشر هذه الدراسة في العدد الأول من مجلة الباحث، السنة العاشرة، عام ١٩٨٨م، ص ص ٤٥ ـ ٥٧ .

(١٠) حمادة، عبدالمحسن عبدالحميد، التوجه نحو التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية ـ الاجتماعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بجامعة الأزهر، ١٩٩٢م .

(١١) الطائي، نزار مهدي، الاتجاه نحو الدين وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من الطلبة الجامعيين في الكويت، حوليات كلية الآداب، الحولية الثانية عشرة، الرسالة ٧٧، ١٩٩٢م .

(١٢) جنيد، منال، التكيف القيمي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية بجامعة دمشق، ١٩٩٤م .

(١٣) تركي، مصطفى أحمد، العلاقة بين التدين والعصابية والانبساط والثقة بالنفس والدافعية للإنجاز والمرونة عند طلبة الجامعة، ندوة علم النفس والإسلام، كلية التربية بجامعة الرياض (الملك سعود)، ١٩٧٨ م .

(١٤) الشرقاوي، مصطفى خليل، الحس الديني لدى العصابيين والعاديين في مرحلة المراهقة، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد الخامس، ١٩٨٥م .

(١٥) محمد، عودة محمد، بعض أشكال عصاب الوسواس القهري وعلاقته ببعض المعطيات الدينية، ندوة علم النفس، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، القاهرة، ١٩٨٩م.

(١٦) حوالة، محمد السيد أحمد، القلق الأخلاقي وعلاقته بالقيم والمفاهيم الدينية لدى شرائح من الشباب المصري الجامعي : دراسة ميدانية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات بجامعة عين شمس، ١٩٩٠م .

(١٧) البنا، إسعاد عبدالعظيم، دور الأدعية والأذكار في علاج القلق كأحد طرق العلاج النفسي الديني، المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر، ٢٤-٢٢ يناير ١٩٩٠م، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، الجزء الأول .

(١٨) أحمد، سهير كامل، البناء النفسي القائم وراء جريمة (زنا الزوجات) دراسة إكلينيكية، دراسات نفسية، المجلد الأول، العدد الأول، إبريل ١٩٩١م .

(١٩) عرقسوسي، محمد أيمن، أثر الاسترخاء والرقية الدينية في علاج ارتفاع ضغط الدم الأساسي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الخرطوم، ١٤١٢هـ .

(٢٠) موسى، رشاد عبدالعزيز، أثر التدين على الاكتئاب النفسي، القاهرة، مؤسسة مختار، ١٩٩٣م، ص ٤٢٥ .

(٢١) بيومي، جلال محمد سليمان، التطرف وعلاقته بمستوى النضج النفسي الاجتماعي لدى الشباب، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بجامعة الأزهر، ١٩٩٣م .

(٢٢) غلاب، محمود عبدالرحيم ومحمد إبراهيم الدسوقي، دراسة نفسية مقارنة بين المتدينين جوهريا والمتدينين ظاهريا في الاتجاه نحو العنف وبعض خصائص الشخصية، دراسات نفسية، المجلد الرابع، العدد الثالث، يوليو ١٩٩٤م .

(٢٣) خليل، محمد محمد سيد ومحمد المهدي وعماد نصير، السلوك الديني لدى مدمني العقاقير والكحول، دراسات نفسية، المجلد الرابع، العدد الرابع، أكتوبر ١٩٩٤م.

(٢٤) محمد، محمد درويش، مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى طلاب الجامعة، التربية، كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد ٥١، أغسطس ١٩٩٥م .

الفصل الرابع

العلاقة بين التدين والصحة النفسية

في الدراسات المحلية

الدراسات المحلية في مجال التدين والصحة النفسية كثيرة نوعا ما، ومعظمها رسائل ماجستير أو دكتوراه . ومعروف القوة العلمية لرسائل الماجستير والدكتوراه نظراً للجهد المبذول فيهما من قبل الباحثين والباحثات . ويلاحظ كذلك حداثة زمن إجراء تلك الدراسات حيث تركزت في عام ١٤٠٩هـ وما بعده ، وهذه ميزة أخرى تضاف لما سبقها.

وقد حاول الباحث الوصول إلى أكبر قدر ممكن من الرسائل بالاطلاع على سجلاتها في مكتبات جامعات الإمام والملك سعود وأم القرى ، لأنها الجامعات التي يوجد بها أكبر أقسام علم النفس التي تمنح درجات الماجستير والدكتوراه .

وقد تيسير بعون اللّه وتوفيقه الحصول على عدد من تلك الرسائل التي تناولت موضوع الدراسة .

كما اجتهد الباحث في التنقيب عن دراسات لأساتذة درسوا التدين والصحة النفسية وفيها جانب تطبيقي فلم يصل إلاّ إلى دراستين أوردهما في مكانهما .

أولاً - الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر الصحة النفسية:

وما تيسير للباحث الحصول عليه في هذا القسم هي خمس رسائل ماجستير ودكتوراه تناولت بعض مظاهر الصحة النفسية وعلاقتها بالتدين. ونعرضها فيما يلي :

رقم الدراسة: (١)

- الباحثة : فاطمة عبدالحق المهاجري .
- السنة: ١٤٠٩هـ .
- العنوان : السلوك الديني في الإسلام وعلاقته بمفهوم الذات لدى طالبات جامعة أم القرى .
- العينة ٥٢٠ : طالبة من المستويات الثاني والثالث والرابع من جميع كليات جامعة أم القرى بمكة المكرمة . ومتوسط أعمارهن ٢٢ سنة .
- الأدوات :

- مقياس مفهوم الذات (إعداد محمود منسي ، ١٩٨٦م) . ويتكون من ثلاثة أبعاد هي : مفهوم الفرد لهويته ، وتقبل الفرد لذاته والسلوك الذي يسلكه الفرد . وعدد عباراته مائة عبارة . وحصل على درجات ثبات عالية. وفي الصدق تم استخدام صدق الاتساق الداخلي وكذلك الصدق الذاتي وكلها حصلت على معاملات صدق جيدة .

- مقياس السلوك الديني بين الواقع والمثالية : من إعداد الباحثة . ومكون من ثلاثة أبعاد هي : الشعائر التعبدية ، والمعاملات الاجتماعية ، والتعامل الكوني . وقسم المقياس إلى جزءين : الأول يقيس النزوع إلى السلوك الديني المثالي وعدد عباراته (٤٠عبارة) ، والثاني يقيس السلوك الديني الواقعي وعدد عباراته (٦٢ عبارة). وحصل المقياس على ثبات عالٍ باستخدام التجزئة النصفية ، وتحليل التباين . وفي الصدق تم استخدام الاتساق الداخلي والصدق الذاتي وحصل على معاملات صدق مرتفعة .

● أهم النتائج :

- أن هناك فروق دالة إحصائيا من الطالبات الأكثر التزاماً بالسلوك الديني والأقل التزاماً في مفهوم الذات لصالح المجموعة الأولى .

- يوجد ارتباط موجب دال إحصائيا بين النزوع إلى السلوك الديني المثالي والسلوك الديني الواقعي لدى عينة الدراسة [1] .

● تعليق : الدراسة جيدة وضح فيها الأثر الإيجابي للتدين على مفهوم الفرد لنفسه حيث وجد أن الطالبات الأكثر التزاماً بالدين أكثر فهماً لذواتهن من الطالبات الأقل التزاماً .

رقم الدراسة : (٢)

- الباحثان : عبدالله بن محمد الخراز ومنصور بن سفر الزهراني .
- السنة: ١٤١٢هـ .
- العنوان : العلاقة بين التدين والصحة النفسية .
- العينة : تكونت من ٦٤ طالباً من طلاب كلية العلوم الاجتماعية بالرياض ، ومتوسط أعمرهم ٢١,٥٥ سنة .
- الأدوات :

- مقياس مستوى التدين من إعداد صالح الصنيع . ويتكون من (٦٠ عبارة) تقيس جوانب التدين المختلفة ، وحصل على معاملات ثبات عالية باستخدام طريقتين هما : إعادة التطبيق والتجزئة النصفية. وفي الصدق استخدم صدق المحكمين وطريقة الاتساق الداخلي وحصل على مستوى جيد من الصدق .
- مقياس التوافق مأخوذ من مقياس بيكر (١٩٨٤م) وأعده محمد محروس الشناوي وعلي حسين بداري . ومكون من (٥٠ عبارة) تقيس أربعة أنواع من التوافق هي : التحصيلي ، والاجتماعي ، والانفعالي ، والجامعي. وحصل على معاملات ثبات عالية بطريقة إعادة التطبيق. والصدق حسب بطريقة الاتساق الداخلي وحصل على معاملات جيدة ودالة إحصائيا .

- أهم النتائج :

- وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين التدين والصحة النفسية لدى عينة الدراسة.

- وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين التدين وكل بعد من أبعاد التوافق الأربعة لدى أفراد عينة الدراسة [٢] .

● تعليق : الدراسة مفيدة جدا ، وضح من نتائجها الأثر الإيجابي لارتفاع مستوى التدين لدى الطلاب وارتفاع مستوى صحتهم النفسية، إضافة إلى ارتباط التدين بأبعاد التوافق المختلفة . ويؤخذ على الدراسة قلة أفراد عينة الدراسة ، وضعف الخلفية النظرية التي سبقت التطبيق .

رقم الدراسة : (٣)

- الباحث : عبدالرحمن بن محمد الصالح .
- السنة: ١٤١٣هـ .
- العنوان : العلاقة بين أساليب التنشئة الأسرية ومستوى السلوك الديني لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض.
- العينة : تكونت من ٤٧٥ طالباً وطالبة منهم ٢٤٦ طالباً و ٢٢٩ طالبة من المرحلة الثانوية بمدينة الرياض وتراوحت أعمار العينة من ١٥– ٢١ سنة .
- الأدوات :

١ – مقياس التنشئة الاجتماعية من إعداد الباحث ، وتكون من سبعة أبعاد تحتوي على (١٠٦ بنود) نصفها عن أساليب الأب والنصف الآخر عن أساليب الأم في التنشئة . وتم حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار وحصل على معاملات مقبولة في أبعاده الستة . وتم حساب الصدق عن طريق الاتساق الداخلي وصدق المحكمين وصدق المحك الخارجي وخرجت بمعاملات صدق جيدة .

٢ – مقياس السلوك الديني من إعداد عبدالحميد نصار وتعديل الباحث وتكون من (٢٧ بنداً) لكل بند خمس استجابات . وقام الباحث بحساب الصدق عن طريق صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي للبنود وكذلك الصدق بحساب دلالة الفروق . وخرجت بمعاملات صدق جيدة . وفي الثبات استخدم طريقة إعادة الاختبار وكذلك معامل ألفا وحصل على معاملات ثبات مقبولة.

● أهم النتائج :

١ – وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين أسلوب السواء في التنشئة الأسرية ومستوى السلوك الديني لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية .

٢ – وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين أساليب التنشئة الأسرية التالية : الإهمال ، التدليل ، التفرقة ، إثارة الأمل النفسي ، التذبذب ، القسوة ومستوى السلوك الديني لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية [٣] .

● تعليق : الدراسة جيدة وعدد العينة مناسب وموزع على أنحاء مدينة الرياض مما يعطي الدراسة شمولية لنطاق مدينة الدراسة . وتبين فيها الارتباط بين السلوك الديني المرتفع لدى الطلاب والطالبات عندما يتلقون تنشئة سوية من الوالدين والعكس صحيح . ومما يمكن أن يكون من المآخذ على الدراسة أن الباحث في إجراءات الصدق والثبات استخدم العينة الأصلية لاستخراج تلك المعايير ، مع أن المفترض ألاّ تطبق المقاييس إلاّ بعد الانتهاء من مراحل إعدادها .كما أنها ركزت على أسلوب التنشئة التربوية السليمة وعلاقته بالسلوك الديني دون إدخال متغيرات الصحة النفسية .

رقم الدراسة : (٤)

- الباحث : محمد جازع الشمري .
- السنة: ١٤١٤هـ .
- العنوان : الأخلاقيات الإسلامية وأثرها على العمل : دراسة ميدانية.
- العينة : مجموعة من الموظفين في إحدى الوزارات بالسعودية لم يبين العدد والمتوسط العمري .
- الأدوات : استبانة من إعداد الباحث حوت مجموعة من الأسئلة حول موضوع الدراسة. [لم يبين إجراءات الإعداد واستخراج ثبات الاستبانة].
- أهم النتائج :

١- أن إيمان الموظف بالمبادئ الإسلامية وتطبيقه لها يزيد من إنتاجيته .

٢ - أن تمسك الموظف بالمبادئ الإسلامية يؤدي إلى تطوير أسلوبه في العمل .

٣ - أن احتكاك الموظف بزملائه الذين يضعف لديهم الوازع الديني يخفض من إنتاجيته .

٤ - وجود علاقة عكسية بين العوامل الاجتماعية السيئة والوازع الديني لدى الموظف [٤] .

- تعليق : الدراسة ينقصها كثير من المعلومات الهامة مثل تحديد العينة من حيث العدد والفئة العمرية ، وكيفية تطبيق الاستبانة ، وكيف تم إعداد الاستبانة ومراحل الإعداد ، وهل لها ثبات ؟ إضافة إلى الاقتصار على النسب المئوية دون استخدام أساليب إحصائية أخرى . وتم إيرادها لأنه وضح من خلالها الأثر الإيجابي للالتزام الديني على عمل الموظف وإنتاجيته .

رقم الدراسة : (٥)

- الباحث :سليمان بن محمد القحطاني .
- السنة: ١٤١٧هـ .
- العنوان : العلاقة بين مستوى التدين والرضا الوظيفي والإنتاجية في العمل .
- العينة : تكونت من ٣٦٥ موظفاً من العاملين بالشركة السعودية للصناعات الأساسية (سابك) في مدينتي الرياض والجبيل ، نصفهم تقريباً في المدى العمري ٢٠ ـ ٣٠ سنة والنصف الآخر في سن ٣١ سنة فأكثر .
- الأدوات :

١ – مقياس مستوى التدين من إعداد الباحث ومكون من ٧٨ عبارة موزعة على أربعة عناصر هي : العاطفة الدينية ، والعقيدة ، والعبادات ، والمعاملات . وحصل على معاملات ثبات جيدة ، وكذلك في الصدق استخدم صدق المحتوى وصدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي وحصل على معاملات ارتباط جيدة .

٢ – مقياس الرضا الوظيفي من إعداد باتريشا سميث (١٩٨٧م) ومن ترجمة الباحث . وعدد عباراته ٨٧ عبارة موزعة على ستة أبعاد. وحصل على معاملات ثبات جيدة . وكذلك في الصدق استخدم صدق المحتوى وصدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي وحصل على معاملات صدق جيدة .

٣ – نموذج تقويم الأداء واستخدم الباحث النموذج الموجود لدى شركة سابك لتقويم الأداء .

● أهم النتائج :

١ - وجدت علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التدين والرضا الوظيفي بمجالاته المختلفة لدى عينة الدراسة .

٢ - وجدت علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الرضا الوظيفي والإنتاجية في العمل لدى عينة الدراسة (٥) .

● تعليق : الدراسة من أفضل الدراسات التي أجريت في هذا الميدان للضبط العلمي الذي اتصفت به ، ويمكن أن يؤخذ عليها تكرار الجهد في بناء مقياس لمستوى التدين مع وجود مقياس سابق يمكن أن يحقق الغرض المطلوب .

رقم الدراسة : (٦)

- الباحث : سليمان بن علي الدويرعات .
- السنة: ١٤١٧هـ .
- العنوان : السلوك الأخلاقي وعلاقته بالصحة النفسية من المنظور الإسلامي دراسة ارتباطية على الطلبة الجامعيين في مدينة الرياض.
- العينة : تكونت من ٦٤٤ طالباً من طلاب الكليات والجامعات في مدينة الرياض ومتوسط أعمارهم ٢٢,١٨ سنة .
- الأدوات :

١ - مقياس السلوك الأخلاقي من إعداد الباحث ويتكون من (١٢٠ عبارة) موزعة على ثلاثة أبعاد هي : الفضائل الأساسية ، والفضائل العليا ، وفضائل التصون . وحصل في صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي على معاملات ارتباط جيدة . وكذلك في الثبات حصل على معاملات ثبات جيدة .

٢ - مقياس الصحة النفسية من إعداد الباحث ويتكون من (٦٠ عبارة) موزعة على أربعة أبعاد هي : البعد الديني ، والبعد النفسي ، والبعد الاجتماعي ، والبعد الجسمي . وحصل في صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي على معاملات ارتباط جيدة . وكذلك في الثبات حصل على معاملات ثبات جيدة .

- أهم النتائج :

- هناك علاقة إيجابية بين السلوك الأخلاقي بوجه عام والصحة النفسية بوجه عام .
- توجد علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين درجات الأفراد على جميع فضائل السلوك الأخلاقي والدرجة الكلية وكذلك جميع أبعاد الصحة النفسية [٦].

● تعليق : الدراسة جيدة وقد بذل فيها الباحث جهوداً موفقة ، وتميزت بكبر حجم العينة مما يضفي على نتائجها فوائد أعم ، وفي نتائج الدراسة دلالة غير مباشرة لموضوع الدراسة الحالية. وقد يؤخذ عليها الحاجة لإدخال متغيرات أخرى أكثر بعداً عن السلوك الأخلاقي من متغير الصحة النفسية .

رقم الدراسة : (٧)

- الباحث : خالد بن أحمد السعدي .
- السنة: ١٤١٧هـ .
- العنوان : إشباع الحاجات النفسية وعلاقته بالتدين عند طلاب المرحلة الجامعية في مدينة الرياض .
- العينة : تكونت من ٤٦٦ طالباً منهم ٢٥١ طالباً من جامعة الإمام و ٢١٤ طالباً من جامعة الملك سعود ، كان المدى العمري للعينة من ١٧ - ٣٨ سنة بمتوسط مقداره ٢٢,٣ سنة .
- الأدوات :

١ - مقياس مستوى التدين من إعداد صالح الصنيع ويتكون من (٦٠ عبارة) موزعة على أربعة أبعاد هي أركان الإيمان وأركان الإسلام والواجبات والمنهيات ، وحصل على معاملات ثبات عالية وكذلك في الصدق الظاهري وصدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي حصل على معاملات ارتباط جيدة .

٢ - مقياس مستوى إشباع الحاجات النفسية من إعداد الباحث ويتكون من ١٣٧ فقرة موزعة على ٢٣ بعداً(منها الرفقة ، والرعاية من الآخرين ،والاستقلال الذاتي وغيرها) . وحصل على معاملات ثبات جيدة ، وكذلك في الصدق الظاهري وصدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي حصل على معاملات صدق جيدة .

- أهم النتائج :

١ - وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى عينة الدراسة وبين مستوى تدينهم .

٢ - وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين مستوى إشباع كل حاجة من الحاجات النفسية لعينة الدراسة وبين مستوى تدينهم [٧] .

- تعليق : الدراسة جيدة حيث وضح من خلال نتائجها الأثر الإيجابي للتدين على مستوى إشباع الحاجات النفسية لدى الشباب .

رقم الدراسة : (٨)

● الباحثة : أمل بنت محمد إبراهيم بدر .

● السنة: ١٤١٨هـ .

● العنوان : بعض سمات الشخصية في ضوء مستوى السلوك الديني لدى عينة من طالبات جامعة الملك سعود .

● العينة : مكونة من ٧٨٢ طالبة سعودية من جامعة الملك سعود ، من تخصص الدراسات الإسلامية (٣٧٦ طالبة متوسط أعمارهن ٢١,٧٦سنة) وتخصصات أخرى (٤٠٦ طالبة متوسط أعمارهن ٢١,٤٠ سنة) .

● الأدوات : استخدمت الباحثة أربعة مقاييس هي :ـ

- مقياس الاتزان الانفعالي ، إعداد عبدالحي فلاتة ١٩٩١م .
- مقياس الثقة بالنفس ، تأليف جيلفورد ، تعريب سويف وفراج .
- مقياس الانطلاق ، تأليف جيلفورد ، تعريب سويف وفراج .
- مقياس السلوك الديني ، إعداد عبدالحميد نصار ١٩٨٨م .

● أهم النتائج :ـ

- أن الطالبات ذوات السلوك الديني المرتفع كان الارتباط لديهن بالاتزان الانفعالي والثقة بالنفس والانبساط أعلى بفرق دال إحصائيا من الطالبات ذوات السلوك الديني المنخفض .
- أن طالبات تخصص الدراسات الإسلامية ارتفع لديهن السلوك الديني، وكذلك الاتزان الانفعالي والثقة بالنفس والانبساط قياساً بطالبات التخصصات الأخرى (٨) .

● تعليق :ـ الدراسة جيدة وتبين من نتائجها الأثر الإيجابي للتدين لدى المرأة على صحتها النفسية .

رقم الدراسة (٩)

- الباحث : علي بن إبراهيم المحيش .
- السنة: ١٤١٩هـ .
- العنوان : الالتزام بالدين وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة الملك فيصل .
- العينة: ٢٣٤ طالباً من طلاب كلية التربية بجامعة الملك فيصل بالأحساء (لم يبين متوسط العمر).
- الأدوات :

١ - مقياس الالتزام الديني في البيئة السعودية من إعداد طريفة بنت سعود الشويعر (١٤٠٩هـ) ويتكون من محورين: الأول: ويقيس علاقة الفرد بربه ويتكون من (٢٠ عبارة) ، والثاني: يقيس علاقة الفرد مع الآخرين ويتكون من (٣٥ عبارة). وحصل على ثبات عال باستخدام التجزئة النصفية ، وكذلك على مستويات صدق جيدة بطريقة صدق المحكمين وكذلك الاتساق الداخلي .

٢ - مقياس الصحة النفسية للشباب في البيئة السعودية . من إعداد سيد عبدالحميد مرسي وفاروق عبدالسلام (١٩٨٤م) وتكون من عشرة أبعاد ولكل بعد عشرون بنداً . حصل على مستوى صدق جيد باستخدام صدق المحك بتطبيقه مع مقياس الطمأنينة النفسية وبلغت درجة الارتباط ٠,٧٧ والثبات بلغ ٠,٨٧ باستخدام طريقة التجزئة النصفية .

● أهم النتائج :

- وجود علاقة إيجابية بين الالتزام الديني والصحة النفسية .

- أن طلاب التخصصات الإسلامية أعلى في مستوى الصحة النفسية من طلاب التخصصات الأخرى [٩].

● تعليق : الدراسة جيدة ، وبان من خلالها الأثر الإيجابي للتدين على الصحة النفيسة ، ويؤخذ عليها عدم ذكر أعمار العينة . وعدم وضوح صياغة الفروض مما أثر على وضوح تفسير النتائج وقلل من مستوى الاستفادة منها .

ثانياً - الدراسات التي تناولت التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية:

في هذا القسم نعرض لعدد من رسائل الماجستير والدكتوراه والبحوث العلمية التي تناولت مظاهر اختلال الصحة النفسية وارتباطها بضعف مستوى التدين أو العكس.

رقم الدراسة : (١٠)

- الباحثة : طريفة بنت سعود الشويعر .
- السنة: ١٤٠٨هـ .
- العنوان : الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي .
- العينة : تكونت من ٢٠٠ طالبة من الفرقتين الثالثة والرابعة بكلية التربية للبنات بجدة.
- الأدوات :

١ - مقياس الإيمان بالقضاء والقدر من إعداد الباحثة ويتكون من (٢٢ عبارة). وحسب ثبات التجزئة النصفية وحصل على معامل٠,٩٠ وتم حساب الصدق بطريقة صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي وحصل على معاملات صدق جيدة .

٢ - مقياس القلق من إعداد كاتل وترجمة سمية أحمد فهمي . ويتكون من (٤٠ سؤالاً) موزعة على بعدين هما : القلق الظاهر، والقلق المستتر . وحصل على ثبات جيد ، وكذلك معاملات صدق جيدة.

● أهم النتائج :

١ - وجدت علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الإيمان بالقضاء والقدر ومستوى القلق لدى عينة الدراسة .

٢ - وجدت فروق دالة إحصائيا في درجة القلق النفسي بين الطالبات الأكثر إيماناً بالقضاء والقدر والطالبات الأقل إيماناً به لصالح المجموعة الثانية [١٠].

● تعليق: الدراسة جيدة وضح من خلال نتائجها الأثر الإيجابي للإيمان بالقضاء والقدر على انخفاض مستوى القلق لدى الطالبات ، ويؤخذ على الدراسة عدم العمق في مناقشة نتائج الدراسة.

رقم الدراسة : (١١)

- الباحثة : طريفة سعود الشويعر .
- السنة: ١٤٠٩هـ .
- العنوان : الالتزام الديني في الإسلام وعلاقته بقلق الموت .
- العينة : تكونت من ٢٨٧ فرداً منهم ١٤٢ من الذكور و ١٤٥ من الإناث العاملين في القطاع التعليمي في مدينتي جدة ومكة المكرمة (لم تورد الباحثة متوسط العمر).
- الأدوات :

١ - مقياس الالتزام الديني في الإسلام من إعداد الباحثة ويتكون من (٥٥ عبارة) موزعة على محورين هما : علاقة الفرد بربه (٢٠ عبارة) ومعاملات الفرد مع الآخرين (٣٥ عبارة) وتم استخراج الثبات والصدق بطرق مختلفة وحصل على معاملات جيدة في الصدق والثبات .

٢ - مقياس قلق الموت من إعداد الباحثة ويتكون من ٢٤ عبارة . وتم حساب الصدق والثبات وحصل على معاملات صدق وثبات جيدة.

- أهم النتائج :

١ -وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين مستوى الالتزام الديني في الإسلام ومستوى قلق الموت لدى عينة الدراسة الذكور ، بمعنى أن مستوى الالتزام الديني المرتفع يقابله مستوى منخفض في قلق الموت[11].

● تعليق : الدراسة جيدة وتبين فيها الأثر الذي يحدثه الالتزام بتعاليم الإسلام على الفرد المسلم بحيث لا يصاب بقلق الموت كما هو الحال لدى الأفراد ذوي الالتزام الديني المنخفض . ويؤخذ على الدراسة عدم ذكر العمر لدى أفراد العينة والتباين الكبير بين أفرادها بحيث فقد التجانس في السن الذي له أثر في نتائج الدراسة .

رقم الدراسة : (١٢)

- الباحث : صالح بن إبراهيم الصنيع .
- السنة: ١٤١٠هـ .
- العنوان : العلاقة بين مستوى التدين والسلوك الإجرامي .
- العينة : تكونت من ٣٠٠ فرد منهم ١٦٠ سجيناً من السعوديين و١٤٠ فرداً من السعوديين غير المساجين وكان متوسط أعمار المساجين ٢٩,٤٧ سنة وغير المساجين ٣٢,٨٨ سنة ، وجميعهم من مدينة الرياض .
- الأدوات :

١ - مقياس مستوى التدين من إعداد الباحث ويتكون من (٦٠عبارة) موزعة على أربعة أبعاد هي أركان الإيمان وأركان الإسلام والواجبات والمنهيات . وحصل على درجات ثبات عالية ، وكذلك في الصدق من خلال صدق الاتساق الداخلي والصدق الظاهري وصدق المحكمين كانت معاملات الارتباط جيدة .

٢ - مقياس كارلسون النفسي من إعداد كينيث كارلسون وترجمة وتقنين الباحث ويقيس السلوك الإجرامي ومكون من (٥٠ عبارة) موزعة على خمسة مقاييس فرعية . وحصل على ثبات جيد، وكذلك في الصدق الاتساق الداخلي وصدق المحكمين حصل على معاملات ارتباط جيدة .

- أهم النتائج :

١ - وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين مستوى تدين الأفراد وبين سلوكهم الإجرامي . أي كلما ارتفع مستوى التدين كلما انخفض احتمال وقوع الفرد في سلوك إجرامي .

٢ - الأفراد العاديين أعلى تدينًا من الأفراد المساجين [١٢].

- تعليق : بيَّنت الدراسة الأثر الإيجابي للتدين على خفض السلوك الإجرامي لدى الأفراد .

رقم الدراسة : (١٣)

- الباحث : مسفر عامر عسيري .
- السنة: ١٤١١هـ .
- العنوان : دراسة مقارنة للفروق بين ذوي الاضطرابات النفسية العصابية والأسوياء في مستوى التدين في الإسلام .
- العينة : تكونت من ٩٢ فرداً منهم ٤٦ مريضاً نفسيا من المترددين على العيادة النفسية بمستشفى الملك عبدالعزيز بمكة المكرمة ، والمجموعة الثانية مكونة من ٤٦ فرداً من الأسوياء المراجعين لعيادات وأقسام أخرى في نفس المستشفى (لم يبين الباحث متوسط العمر).
- الأدوات :

١ - مقياس الالتزام الديني في الإسلام إعداد طريفة الشويعر (انظر دراسة رقم ١١).

٢ - قائمة ايزنك للشخصية من إعداد ميسرة طاهر (١٤١٠هـ) وتتكون من ٤٨ سؤالاً مصممة لقياس متغيري العصابية والانبساط . وحصلت في ثبات إعادة التطبيق ٠,٩٤ و٠,٨٥ لبعدي العصابية والانبساط . وحقق معاملات صدق جيدة في الصدق الذاتي وصدق المحكمين .

- أهم النتائج : وجدت فروق دالة إحصائيا (عند مستوى دلالة ٠,٠١) بين عينة الأسوياء وعينة العصابيين في مستوى التدين لصالح الأسوياء[١٣].

- الدراسة جيدة وضح فيها الارتباط العكسي بين التدين والعصابية من خلال ارتفاع التدين لدى الأسوياء وانخفاضه لدى العصابيين ، ويؤخذ على الدراسة عدم بيان أعمار العينة ومتوسط عمر كل مجموعة ، إضافة إلى أنها قاست التدين الحالي للمرضى المراجعين للعيادات النفسية ، وهذا لا يكون دقيقاً ، فقد يكون المرض النفسي هو الذي أدى إلى انخفاض مستوى التدين لدى البعض ، مما سيكون له أثر على نتائج الدراسة .

رقم الدراسة : (١٤)

- الباحث : أحمد بن عبدالله السعيد .
- السنة: ١٤١٢هـ .
- العنوان : دراسة لبعض متغيرات الشخصية للمجرمين العائدين للسجون في المملكة العربية السعودية .
- الأدوات :

١ - مقياس مستوى التدين من إعداد صالح بن إبراهيم الصنيع (انظر الدراسة رقم ١٢) .

٢ - مقياس الميل لمعاودة الإجرام من إعداد الباحث .

٣ - مقياس اليأس من إعداد بيك وتقنين الباحث .

٤ - مقياس الانحراف السيكوباتي من إعداد فايز الحاج .

٥ - مقياس الشعور بالوحدة من إعداد علي خضر ومحروس الشناوي.

٦ - مقياس تبادل العلاقات الاجتماعية من إعداد علي خضر ومحروس الشناوي .

٧ - مقياس الحالة المزاجية (بيك للاكتئاب) من إعداد علي خضر ومحروس الشناوي .

٨ - مقياس الغضب من إعداد الشناوي والدماطي .

٩ - مقياس الميل الذهاني من إعداد علي خضر ومحروس الشناوي .

١٠ - اختبار الرياض منسوتا للشخصية من إعداد محمد ربيع .

١١ - اختبار المصفوفات المتتابعة من إعداد فؤاد أبو حطب وآخرين.

وحصلت هذه المقاييس على معاملات ثبات وصدق جيدة .

● أهم النتائج :

- مستوى التدين لدى المساجين غير العائدين أعلى منه لدى مجموعة المساجين العائدين .
- مستوى التدين لدى غير العائدين خارج السجن أعلى منه لدى العائدين داخل السجن .
- مستوى التدين لدى غير العائدين خارج السجن أعلى منه لدى المساجين العائدين [١٤] .

● تعليق : الدراسة جيدة ويؤخذ عليها كثرة المقاييس المستخدمة مما قد يقلل من الثقة في استجابة المفحوصين .

رقم الدراسة : (١٥)

- الباحث : عبدالله بن ناصر السدحان .
- السنة: ١٤١٥هـ .
- العنوان: قضاء وقت الفراغ بين الأحداث المنحرفين والأحداث الأسوياء، دراسة ميدانية وصفية بمدينة الرياض .
- العينة: ١٥٠ حدث من دار الملاحظة الاجتماعية بالرياض و ١٥٠ حدثاً من مدارس متوسطة وثانوية بمدينة الرياض . وفئة العينة العمرية ما بين ١٣- ١٨ سنة .
- الأدوات : استبانة احتوت على البيانات الشخصية ومقدار وقت الفراغ المتاح للحدث والأنشطة التي يمارسها والأماكن التي يقضي فيها وقت الفراغ ووسائل الترفيه وأخيراً الفئات العمرية التي يقضي معها الحدث وقت فراغه . وتم عرض الاستبانة على محكمين وعدلت بناء على ملحوظاتهم .
- أهم النتائج :

  - أن الأحداث الأسوياء أكثر ممارسة للأنشطة الإيجابية الابتكارية ، بينما الأحداث المنحرفون أكثر ممارسة للأنشطة السلبية الاستقبالية العاطفية .
  - الأحداث الأسوياء أكثر معايشة للقرآن الكريم من الأحداث المنحرفين .
  - الأحداث الأسوياء أكثر محافظة على الصلاة مع الجماعة من الأحداث المنحرفين [١٥].

- تعليق : الدراسة جيدة وضح فيها الأثر الإيجابي على استخدام وقت الفراغ في أمور دينية على سلامة الحدث من الانحراف .

رقم الدراسة (١٦):

- الباحث : سالم سعيد سالم الشهري .
- السنة: ١٤١٦هـ .
- العنوان : الالتزام الديني في الإسلام وعلاقته بالاكتئاب النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى .
- العينة : تكونت من ٢٠٠ طالب من طلبة كليات الشريعة والتربية واللغة العربية والعلوم الاجتماعية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة ، وبلغ متوسط أعمارهم ٢٢ سنة .
- الأدوات :

- مقياس الالتزام الديني في الإسلام (إعداد طريقة الشويعر ، انظر دراسة رقم ١١) .
- مقياس بيك للاكتئاب (عبدالخالق ١٩٩١م) مكون من ٢١ عبارة، وحصلت على معاملات ثبات وصدق جيدة .

- أهم النتائج :

- أن زيادة مستوى الالتزام الديني يقابله انخفاض في مستوى الشعور بالاكتئاب .
- وجود تفاوت بين مرتفعي ومتوسطي ومنخفضي الالتزام الديني بالنسبة للتعرض للإصابة بالاكتئاب بحيث تزداد النسبة كلما انخفض الالتزام الديني [١٦].

- تعليق : النتائج أظهرت الأثر الإيجابي للالتزام الديني ، والارتباط العكسي بين الالتزام الديني والاكتئاب النفسي ، ويؤخذ عليها عدم استخدام عينة مقارنة من خارج الجامعة كالمرضى المصابين بالاكتئاب النفسي أو غيرهم .

رقم الدراسة : (١٧)

- الباحث : عبداللّه صالح السعدوي .
- السنة: ١٤١٧هـ .
- العنوان : بناء مقياس للخصائص النفسية للجرم (دراسة مقننة على البيئة السعودية) .
- العينة : تكونت من ٣٠٠ من المجرمين من إصلاحية الحائر بالرياض و ١٣٠ من الأفراد العاديين متوسط أعمارهم حوالي ٣٢ سنة .
- الأدوات : مقياس الخصائص النفسية للمجرم من إعداد الباحث ويتكون من ١١٢ عبارة موزعة على تسعة أبعاد فرعية (منها بعد ضعف التدين) وحصل على معاملات ثبات وصدق جيدة .
- أهم النتائج :

هناك فروق دالة إحصائيا بين مجموعة المجرمين ومجموعة العاديين على درجات المقياس (الذي أحد أبعاده ضعف التدين) لصالح المجرمين. وهذا يدل على ارتفاع الإجرامية لديهم وهي إحدى علامات اختلال الصحة النفسية على عكس العاديين (١٧).

- تعليق : الدراسة جيدة وضح فيها اختلال الصحة النفسية لدى المجرمين مقارنة بالعاديين .

رقم الدراسة : (١٨)

- الباحثان : سعيد وهاس وجاري كنت .
- السنة: ١٩٩٧م .
- العنوان : التدخل النفسي لمقاومة الهلاوس السمعية في ثقافة إسلامية.
- العينة : ستة من المرضى الذكور متوسط أعمارهم مقداره ٣٣ سنة من مستشفى الأمراض النفسية بمدينة الرياض ، نصفهم عينة تجريبية والنصف الآخر عينة ضابطة .
- الأدوات :

- استخدم مع المجموعتين العلاج الطبي .

- أضيف إلى المجموعة التجريبية أساليب للتغلب على الأصوات أهمها:

١ - سدادة أذن طبية مأمونة .

٢ - الاستماع إلى مسجل عن طريق سماعة أذن ويكون على شريط التسجيل تلاوة من القرآن الكريم وتذكير بالأدعية والموضوعات الدينية .

- أهم النتائج : المجموعة التجريبية حدث لديها انخفاض في تكرار وحدة وعدائية الأصوات . كما شعرت بقلة الضغوط وقلة في الردود الانفعالية (القلق والاكتئاب). كما عبروا عن شعورهم بقدرة أكبر على عدم تصديق وتجاهل ما تقوله الأصوات التي يسمعونها [١٨].
- تعليق : الدراسة جيدة وبينت الأثر الإيجابي لاستخدام المفاهيم الإسلامية في علاج المرضى النفسيين . ويؤخذ عليها صغر حجم العينة. وللباحثين دراسات أخرى عن نفس الموضوع تؤكد هذه النتيجة.

الخلاصة :

من خلال استعراضنا للدراسات المحلية السابقة يتبين لنا ما يلي :

١ - تبين من خلال نتائج القسم الأول الأثر الإيجابي للتدين الإسلامي والالتزام بتعاليم الإسلام على الصحة النفسية للأفراد .

٢ - تبين من خلال نتائج القسم الثاني الارتباط السلبي بين التدين ومظاهر اختلال الصحة النفسية لدى الأفراد . كما بينت نتائج الدراسة الأخيرة (رقم ١٨) أن استخدام المفاهيم الإسلامية في العلاج يحدث أثراً إيجابيا يفوق الاقتصار على الأساليب الطبية والنفسية في العلاج .

٣ - تميزت الدراسات المحلية بالحداثة حيث لم تزد أقدم دراسة معروضة عن عشر سنوات .

٤ - كان عدد أفراد العينات مناسب حيث لم يقل عن مائة فرد ، ماعدا في الدراسات ذات الأرقام التالية (٢ ، ١٣ ، ١٨) بينما لم يبين العدد في الدراسة رقم ٤ ، وهذا شيء هام في قبول نتائج الدراسات في العلوم الاجتماعية .

٥ - اعتمدت معظم الدراسات على عدد مناسب من المقاييس ولم تكن في غالبها مترجمة بل مؤلفة بما يناسب البيئة المحلية . وكان هناك دراستان استخدمتا استبانة واحدة هما رقم ٤ و رقم ١٥، بينما الدراسة الأخيرة (١٧) لم تستخدم مقاييس مقننة بل أساليب أخرى في القياس . ويؤخذ على الدراسة رقم (١٤) كثرة عدد المقاييس بشكل كبير حيث بلغت أحد عشر مقياساً مما يؤثر في دقة النتائج التي خرجت بها .

٦- تميزت الدراسات بأن معظمها رسائل ماجستير ودكتوراه مما يدل على الجهد الكبير الذي بذل فيها ، ويزيد الثقة بالنتائج التي خرجت بها .

٧ - ظهرت الدراسات المحلية بصورة عامة أفضل من الدراسات الأجنبية والعربية في تناولها لهذا الموضوع للمزايا التي ذكرناها في الفقرات السابقة .

هوامش الفصل الرابع

(١) المهاجري ، فاطمة عبدالحق ، السلوك الديني في الإسلام وعلاقته بمفهوم الذات لدى طالبات جامعة أم القرى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، ١٤٠٩هـ .

(٢) الخراز ، عبدالله بن محمد ومنصور بن سفر الزهراني ، العلاقة بين التدين والصحة النفسية ، بحث غير منشور ، قسم علم النفس ، كلية العلوم الاجتماعية بالرياض ، جامعة الإمام ، ١٤١٢هـ .

(٣) الصالح ، عبدالرحمن بن محمد ، العلاقة بين أساليب التنشئة الأسرية ومستوى السلوك الديني لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الملك سعود ، ١٤١٣هـ .

(٤) الشمري ، فهد بن جازع ، الأخلاقيات الإسلامية وأثرها على العمل دراسة ميدانية ، الرياض ، مطابع التقنية للأوفست ، ١٤١٤هـ .

(٥) القحطاني ، سليمان محمد ، العلاقة بين مستوى التدين والرضا الوظيفي والإنتاجية في العمل دراسة على موظفي شركة سابك ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم علم النفس ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الإمام بالرياض ، ١٤١٧هـ .

(٦) الدويرعات ، سليمان بن علي ، السلوك الأخلاقي وعلاقته بالصحة النفسية من المنظور الإسلامي ، دراسة ارتباطية على الطلبة الجامعيين في مدينة الرياض ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم علم النفس كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الإمام ، ١٤١٧هـ .

(٧) السعدي ، خالد بن أحمد ، إشباع الحاجات النفسية وعلاقته بالتدين لدى طلاب المرحلة الجامعية في مدينة الرياض ، متطلب تكميلي للحصول على الماجستير ، قسم علم النفس كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الإمام بالرياض ، ١٤١٧هـ .

(٨) بدر ، أمل بنت محمد ، بعض سمات الشخصية في ضوء مستوى السلوك الديني لدى عينة من طالبات جامعة الملك سعود ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بجامعة الملك سعود ، ١٤١٨هـ .

(٩) المحيش ، على بن إبراهيم ، الالتزام الديني وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الملك فيصل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بجامعة الملك فيصل ، ١٤١٩هـ .

(١٠) الشويعر ، طريفة بنت سعود ، الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي ، جدة ، دار البيان العربي للطباعة والنشر ،١٤٠٨هـ .

(١١) الشويعر ، طريفة بنت سعود ، الالتزام في الإسلام وعلاقته بقلق الموت ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية للبنات بجدة ، الرئاسة العامة لتعليم البنات ، ١٤٠٩هـ .

(١٢) الصنيع ، صالح بن إبراهيم ، العلاقة بين مستوى التدين والسلوك الإجرامي ، رسالة دكتوراه منشورة بعنوان " التدين علاج الجريمة " الرياض ، المجلس العلمي ، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، ١٤١٤هـ .

(١٣) عسيري ، مسفر بن أحمد ، دراسة مقارنة للفروق بين ذوي الاضطرابات النفسية العصابية والأسوياء في مستوى التدين في الإسلام ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بجامعة أم القرى ، ١٤١١هـ .

(١٤) السعيد ، أحمد بن عبدالله ، دراسة لبعض متغيرات الشخصية للمجرمين العائدين للسجون في المملكة العربية السعودية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية العلوم الاجتماعية بالرياض جامعة الإمام محد بن سعود الإسلامية ، ١٤١٢هـ .

(١٥) السدحان ، عبدالله بن ناصر ، قضاء وقت الفراغ بين الأحداث المنحرفين والأحداث الأسوياء ، مجلة الأمن ، العدد التاسع ، ربيع الأول ، ١٤١٥هـ ، ص ص ١٨٦-١١٩ .

(١٦) الشهري ، سالم بن سعيد ، الالتزام الديني في الإسلام وعلاقته بالاكتئاب النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بجامعة أم القرى ، ١٤١٦هـ .

(١٧) السعدوي ، عبدالله بن صالح ، بناء مقياس للخصائص النفسية للمجرم (دراسة معدة ومقننة على البيئة السعودية) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الاجتماعية بالرياض ، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، ١٤١٧هـ .

(١٨) Wahass , Saeed and Gerry Kent , Behavioural and Congitive Psychotherapy , 1997,25 ,pp. 351-364

الفصل الخامس

العلاقة في التراث الإسلامي

مدخل.

المبحث الأول: ابن الجوزي.

المبحث الثاني: ابن تيمية.

المبحث الأول: ابن قيم الجوزية.

مدخـــل

يحوي التراث الإسلامي ثروة علمية في كثير من المجالات. وتحتاج هذه الثروة إلى جهود من العلماء المسلمين لإبرازها والاستفادة منها في وقتنا الحاضر. والعلوم الإنسانية بشكل عام وعلم النفس بشكل خاص بحاجة ماسة للاستفادة من هذه الثروة في مجال اختصاصها. ولا تزال الجهود المبذولة في هذا المجال - رغم تعدد القائمين عليها - غير كافية ومحققة للمطلوب بشكل مناسب، مما يؤخر الفوائد التي يمكن أن تظهر من خلال التعامل مع هذا التراث .

ويرى الباحث أن التعامل مع التراث لم يسر على منهجية معينة يمكن أن تؤدي إلى الاستفادة المرجوة مما يحويه التراث، لذا يقترح ثلاث مراحل للتعامل مع التراث هي ما يلي :

أولاً - مرحلة الإبراز:

يقصد بهذه المرحلة كافة الجهود التي تبذل للتعريف بما في التراث وتقديمه في شكل كتاب أو رسالة علمية أو بحث علمي أو تحقيق لكتاب معين. وهذه الجهود يجب أن تنتج لنا مجموعة من النتائج لعل أهمها ما يلي:

أ - التحقيق :

ويعني إثبات صحة ما كتب سواء في نسبة النص إلى مؤلِّفه أو صحة المعلومات الواردة فيه بحيث لا تكون متداخلة أو مأخوذة من كتاب آخر أو مجموعة من عدة كتب للمؤلف ومنسوبة إليه دون قيامه هو بذلك. كما يدخل في هذا تحقيق النصوص بنسبة الآيات القرآنية الكريمة إلى أماكنها، وتخريج الأحاديث النبوية الشريفة من مصادرها. وأهم من يمكن أن يسهم في هذه المرحلة هم أساتذة علوم الشريعة والتاريخ والسير ثم المتخصصون كل في مجال تخصصه .

ب - الفرز :

القيام بعمليات الفرز لمحتويات هذا التراث، فكما هو معلوم التراث جهد بشري فيه الصواب والخطأ، فمن خلال عمليات الفرز يثبت ما يثبت أنه صواب ويهمل ما هو خطأ بمعايير مأخوذة من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة .

ج - الكشافات والأدلة :

إصدار الأدلة والكشافات الموضوعية وغيرها مما يساعد في سهولة التعامل، وسرعة الوصول لما يرغبه الباحث مما هو موجود في التراث.

ولاشك أن أساتذة العلوم الإنسانية سيكونون أكثر الناس فرحاً بتحقيق ما سبق ذكره لأن هذا سيختصر لهم الجهود ويجعلهم يركزون على المراحل التالية لهذه المرحلة .

ثانياً - مرحلة التوظيف :

في هذه المرحلة يبدأ الباحث مرحلة التعامل المباشر مع محتويات التراث من خلال تخصصه العلمي؛ فيمزج هذه الثروة التراثية أثناء تناوله لأي موضوع من موضوعات تخصصه في مراحل كتاباته العلمية. ويحسن بالباحث في هذه المرحلة مراعاة ما يلي :

أ - عدم استخدام نص تراثي في غير مكانه المناسب، وتجنب إقحام النصوص التراثية في مواضع من البحث غير مناسبة له.

ب - عدم تحميل النص التراثي ما لا يحتمل. وذلك يلاحظ لدى بعض الباحثين الذين يرغبون تزيين بحوثهم بنصوص تراثية دون اعتبار لصحة توظيف هذه النصوص، والأمر لا يتعدى اعتقاد هذا الباحث أن هذا هو ما أراده المؤلف لذلك النص التراثي .

ج - الوعي بتأثير عاملي الزمان والمكان اللذين ظهر فيهما هذا النص التراثي، وأثرهما على المؤلف سواء في لغة الكتابة أو المحتوى المكتوب .

د - ربط النص التراثي بما يشابهه لنفس المؤلف في كتبه الأخرى - إن وجدت - بما يساعد على وضوح الفكرة المطروحة من قبل المؤلف بشكل شمولي .

هـ - الحرص على عرض المكتوب المتضمن على نصوص تراثية على متخصصين في علوم الشريعة والتاريخ للاستفادة من آرائهم حول مناسبة توظيف تلك النصوص في الأماكن التي وظفت فيها أم لا.

ثالثاً - مرحلة الإبداع :

وهي قمة هذه المراحل، فمن خلال تعرف الباحث على التراث ومحتوياته بشكل صحيح، وتوظيفه لبعض تلك المحتويات في بحوثه ودراساته، يتوقع أن يكون النتاج الوعي بما ساعد علماءنا السابقين على الإبداع وتقديم محتوى لازال كثير منه صالحاً حتى يومنا الحاضر. ولهذا يجدر بنا نحن الخلف أن نبدع فيما نقدمه من نتاج نسهم من خلاله في تقدم البشرية بشكل يميز ما لدينا نحن المسلمين عن غيرنا من أتباع الديانات والمذاهب الأخرى في عالمنا المعاصر .

وسنقدم فيما يلي لكل عالم من العلماء الثلاثة : ابن الجوزي، وابن تيمية، وابن قيم الجوزية، ترجمة مختصرة ثم عرضاً لآرائه في بعض الموضوعات المتعلقة بالصحة النفسية والتدين .

المبحث الأول - ابن الجوزي

أولاً - ترجمته :

اطلع الباحث على ترجمات عدة لابن الجوزي في بعض المراجع القديمة مثل سير أعلام النبلاء للإمام الذهبي، والبداية والنهاية لابن كثير، والطبقات الكبرى لابن سعد ؛ وفي تراجم الكتب الحديثة التي ترد في بداية تحقيق كتب ابن الجوزي مثل صيد الخاطر تحقيق ناجي الطنطاوي وعلي الطنطاوي، والتذكرة في الوعظ تحقيق أحمد عبدالوهاب فتيح، وذم الهوى تحقيق أحمد عبدالسلام عطا. وفي هذه التراجم اختلاف كبير من حيث الكم والكيف، ولكن الباحث وجد رسالة دكتوراه بعنوان آراء ابن الجوزي التربوية من إعداد ليلى عبدالرشيد عطار وفيها ترجمة وافية شاملة، لذا سيتم الاقتباس منها بالقدر المناسب لهذه الدراسة .

هو جمال الدين أبو الفرج عبدالرحمن بن أبي الحسن علي بن محمد... بن أبي بكر الصديق القرشي التيمي البكري البغدادي الحنبلي .

ولد في درب حبيب ببغداد سنة ٥١٠هـ. نشأ يتيماً حيث مات أبوه وعمره ثلاث سنين، وأمه لم تلتفت إلى تربيته وتوجيهه، وإنما قامت بذلك عمته التي أرسلته إلى مسجد محمد بن ناصر الحافظ ليتلقى جميع العلوم منه ومن غيره من الشيوخ .

كان محباً للعلم منذ طفولته، حفظ القرآن الكريم وقرأه على جماعة من القراء بالروايات. وسمع الكثير من أحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم وأحواله وآدابه. وتلقى العلم على عدد كبير من المشايخ منهم أبو بكر الدينوري في الفقه، وأبو منصور الجواليقي في اللغة، وابن علي بن الراذاني في الحديث .

اشتهر بقدرته الفائقة في الوعظ والتأثير البليغ في السامعين له. وقد نالت ابن الجوزي محنة في أواخر عمره في عهد الخليفة الناصر وعلى يد الوزير ابن القصاب والركن عبدالسلام بن عبد الوهاب بن عبدالقادر الجيلي، وكان السبب في خلاص ابن الجوزي ابنه يوسف الذي اشتغل في الوعظ واشتهر، فشفعت أم الخليفة لابن الجوزي فأطلق سراحه .

توفي يوم الجمعة ١٣ رمضان سنة ٥٩٧هـ وشيعه خلق كثير من الناس له من الأولاد عشرة خمسة بنين وخمس بنات .[١]

ثانياً - بعض آرائه:

نعرض فيما يلي بعض آرائه مما له علاقة بموضوع دراستنا :

التقوى حفظ وأصل للسعادة :

يؤكد ابن الجوزي على أن التقوى أهم ركائز حياة المسلم في هذه الدنيا، فهي حفظ له في الدنيا والآخرة. والتقوى المطلوبة هي التقوى الصحيحة القائمة على الالتزام بما جاء في كتاب اللّه وسنة رسول الله صلى الله عليه وسلم من العقيدة الصحيحة التي قوامها التوحيد والأقوال والأعمال التي نقلت عن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم بالأسانيد الصحيحة. ونتاج صحة التقوى رؤية الخير في كل الأمور الدينية والدنيوية. قال ابن الجوزي: (يا بني: ومتى صححت التقوى، رأيت كل خير، فالمتقي لا يرائي الخلق، ولا يتعرض لما يؤذي دينه، ومن حفظ حدود اللّه حفظ)[٢].

كما يبين ابن الجوزي لابنه أن من أكثر الكنوز قيمة طاعة اللّه والابتعاد عن معصيته وحدوده والحذر من هوى النفس الأمارة بالسوء، ففي ذلك السعادة (واعلم يا بني أن أوفى الذخائر : غض طرف عن محرم، وإمساك فضول كلمة، ومراعاة حد، وإيثار اللّه تعالى على هوى النفس)[٣].

والسعادة للمسلم تأتي عندما لا ينغمس في الدنيا وملذاتها ويحذر من اتباع هوى النفس التي تورده المهالك.

(وما سعد من سعد إلاّ بمخالفة هواه، ولا شقي من شقي إلاّ بإيثار دنياه) [٤].

كما ينقل ابن الجوزي أثراً عن ذي النون يبين فيه خمس خصال إذا توفرت في المسلم كان من أهل السعادة والصحة النفسية في هذه الحياة الدنيا، وإن كان توفر هذا الخصال قبل ساعات معدودة من موته .

(أخبرنا المحمدان ابن ناصر وابن عبدالباقي ... سمعت ذا النون يقول : من وجدت فيه خمس خصال رجيت له السعادة ولو قبل موته بساعتين، قيل : ما هي ؟ قال : استواء الخلق، وخفة الروح، وغزارة العقل، وصفاء التوحيد، وطيب المولد) [٥].

وهنا نلحظ الحرص على التوحيد والخلق ورجاحة العقل وهي من خصائص التقوى والإنسان التقي .

ويشير ابن الجوزي إلى علامات العقل عند الإنسان، وعند تفحص هذه العلامات نجد أنها مما يتزين به المسلم التقي الصحيح في نفسه .

(يستدل على عقل العاقل بسكوته وسكونه وخفض بصره وحركاته في أماكنها اللائقة بها ومراقبته للعواقب فلا تستفزه شهوة عاجلة عقباها ضرر، وتراه ينظر في القضاء فيتخير الأعلى والأحمد عاقبة من مطعم ومشرب وملبس وقول وفعل، ويترك ما يخاف ضرره ويستعد لما يجوز وقوعه) [٦] .

كما يدعو ابن الجوزي إلى التمسك بالتقوى وأنها أصل السلامة والسعادة في الدنيا والآخرة. فالتدين الصحيح هو القائم على التقوى الصحيحة ونتاج ذلك صحة نفسية وسعادة دنيوية وأخروية.

(اعلم أن الزمان لا يثبت على حال كما قال عز وجل: ﴿ وَتِلْكَ الأَيَّامُ نُدَاوِلُهَا بَيْنَ النَّاسِ ﴾ [آل عمران: ١٤٠]، فتارة فقر وتارة غنى، وتارة عز وتارة ذل، وتارة يفرح الموالي وتارة يشمت الأعادي، فالسعيد من لازم أصلاً واحداً على كل حال، وهو تقوى اللّه عزوجل فإنه إن استغنى زانته، وإن افتقر فتحت له أبواب الصبر، وإن عوفي تمت النعمة عليه، وإن ابتلي حملته، ولا يضره أن نزل به الزمان أو صعد، أو أعراه أو أشبعه أو أجاعه، لأن جميع تلك تزول وتتغير، والتقوى أصل السلامة حارس لا ينام، يأخذ باليد عند العثرة، ويواقف على الحدود، والمنكر من غرته لذة حصلت مع عدم التقوى فإنها ستحول وتخليه خاسراً، ولازم التقوى في كل حال فإنك لا ترى في الضيق إلاّ السعة، وفي المرض إلاّ العافية، هذا نقدها العاجل والآجل معلوم)[٧].

ولا شك أن اتباع هدى اللّه ورسوله محمد صلى الله عليه وسلم هو السعادة الحقيقية فلا يصيب المسلم شقاء ولا تعاسة بل سعادة وصحة ونعمة، ومدار ذلك التقوى. وهذا ما يؤكده ابن الجوزي في النص التالي: تأملت قوله تعالى: ﴿ فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلا يَضِلُّ وَلا يَشْقَىٰ ﴾[طه: ١٢٣]قال المفسرون: هداي رسول اللّه صلى الله عليه وسلم وكتابي. فوجدته على الحقيقة أن كل من تبع القرآن والسنة وعمل بما فيهما، فقد سلم من الضلال بلا شك. وارتفع في حقه شقاء الآخرة بلا شك، إذا مات على ذلك. وكذلك شقاء الدنيا فلا يشقى أصلاً. ويبين هذا قوله تعالى: ﴿ وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا ﴾[الطلاق: ٢]. فإن رأيته في شدة فله من اليقين بالجزاء ما يصير الصاب عنده عسلاً، والأغلب طيب العيش في كل حال، والغالب أنه لا ينزل به شدة إلاَّ إذا انحرف عن جادة التقوى. فأما الملازم لطريق التقوى فلا آفة تطرقه، ولا بلية تنزل به، هذا هو الأغلب)[٨] .

الانحرافات واختلال الصحة :

هناك ترابط وثيق بين وقوع الإنسان في الانحراف واختلال صحته النفسية، فيصبح لا يرى معروفاً ولا ينكر منكراً غشيت بصيرته وسد فهمه فلا يبحث عن الدواء لما يعانيه وهو قريب منه غير بعيد. قال ابن الجوزي: (يا عبد السوء ما تساوي قدر قدرتك، لا كانت دابة لا تعمل بعلفها، إلى متى يخدعك المنى ؟ ويغرك الأمل ؟ ويحك. افتح عينك متى رأيت العقل يؤثر الفاني على الباقي، فاعلم أنه قد مسخ .

مازالت الدنيا مرة في العبرة، ولكن قد مرض ذوقك، لسان قلبك في عقلة غفلة، وسمع فهمك مسدود عن الفطنة بقطنة، وبصر بصيرتك محجوب بعشا عمى، ومزاج تقواك منحرف عن الصحة، وأما نبض الهوى فشديد الخفقان، سارت أخلاط الأمل في أعضاء الكسل فثبت عن البدار، وقد صارت المفاصل في منافذ الفهوم سدداً، وما يسهل عليك شرب مسهل، ويحك اجتنب حلواء الشره فإنها سبب حمى الروح، خل خل البخل فإنه يؤذي عصب المروءة، إن عولجت أمراضك فعولجت، وإلاّ ملكت فأهلكت، لو احتميت عن أخلاط الخطايا لم تحتج إلى طبيب) [٩] .

وابن الجوزي يرى المعاصي وهي من الانحرافات سبيل يضيق على النفس الخناق فيحبس عنها الهواء النقي الذي لابد لها منه ولا حياة ولا صلاح لها إلاّ بالبعد عن المعاصي وعدم مطاوعة النفس في شهواتها .

(اسمع يا من قد ضيق على نفسه الخناق في فعل المعاصي، فما أبقى لعذر موضعاً، يا مقهوراً بغلبة النفس صل عليها بسوط العزم، فإنها إن علمت جدك استأسرت لك) [١٠] .

ويبين ابن الجوزي أن أهم مصادر الانحراف لدى الإنسان الشيطان وهوى النفس، لذا يجب الحذر منهما واتخاذ كل السبل التي تقي من الوقوع في المسالك التي يدعو إليها عن طريق الشبهات والشهوات التي يزينها للإنسان حتى يقع فيها. فهو عدو للإنسان منذ القدم وقد حذر اللّه الإنسان من اتباع الشيطان لما في ذلك من الخسارة في الدنيا والآخرة.

(خلق الشيطان محرضاً له (الإنسان) على الإسراف في اجتلابه واجتنابه، فالواجب على العاقل أن يأخذ حذره من هذا العدو الذي قد أبان عداوته من زمن آدم عليه الصلاة والسلام وقد بذل عمره ونفسه في فساد أحوال بني آدم. وقد أمر اللّه تعالى بالحذر منه فقال : ﴿لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿١٦٨﴾ إِنَّمَا يَأْمُرُكُم بِالسُّوءِ وَالْفَحْشَاءِ وَأَن تَقُولُوا عَلَى اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ﴾ [البقرة: ١٦٨، ١٦٩] ... فمتى سول للإنسان أمراً فينبغي أن يحذر منه أشد الحذر وليقل له حين يأمره إياه بالسوء إنما تريد بما تأمرنا به نصحي ببلوغي شهوتي. وكيف يتضح صواب النصح للغير لمن لا ينصح نفسه ثم كيف أثق بنصيحة عدو فانصرف فما في لقولك منفذ فلا يبقى إلاّ أنه يستعين بالنفس لأنه يحث على هواها فليستحضر العقل إلى بيت الفكر في عواقب الذنب لعل مدد توفيق يبعث جند عزيمته فيهزم عسكر الهوى والنفس) [١١] .

ويورد ابن الجوزي نقلاً يذكر من خلاله أسماء أولاد إبليس ويذكر لكل واحد منهم وظيفة، وهي وظائف تدعو لانحراف الإنسان بارتكابها وتعاطيها، لذلك يلزم العاقل الحذر منهم وممَّنْ يدعون إليه .

(لإبليس خمسة من ولده قد جعل كل واحد منهم على شيء من أمره،

ثم سماهم : فذكر ثبر، والأعور، ومسوط، وداسم، وزكنبور، فأما ثبر، فهو صاحب المصيبات الذي يأمر بالثبور وشق الجيوب ولطم الخدود ودعوى الجاهلية، وأما الأعور، فهو صاحب الزنا الذي يأمر به ويزينه، وأما مسوط فهو صاحب الكذب الذي يسمع فيلقى الرجل فيخبره بالخبر، فيذهب الرجل إلى القوم فيقول لهم : قد رأيت رجلاً أعرف وجهه ولا أدري ما اسمه حدثني بكذا وكذا، وأما داسم، فهو الذي يدخل مع الرجل إلى أهله يريه العيب فيهم ويغضبه عليهم، وأما زكنبور، فهو صاحب السوق الذي يركز رايته في السوق) [١٢]. ويلزم هنا أن ننبهه إلى أنَّ ذكر أسماء لأبناء إبليس يحتاج إلى نص من وحي، ولعدم إسناد ما ذكر أعلاه إلى وحي، فإن الباحث يتوقف حول صحة الأسماء والأعمال المذكورة في النص السابق .

وبما أن الشيطان من مصادر الانحراف للإنسان ومن أسباب الشقاوة واختلال صحة الإنسان النفسية، فإن ابن الجوزي يحذر منه ويكثر التحذير، ولا يقف عند مستوى التحذير بل يبين مداخل الشيطان على الإنسان حتى يعلمها ويسدها فلا يجد إليه الشيطان سبيلاً، فتحصل له السعادة والفلاح .

(لا تقدر على التخلص من بلوى المعصية إلاّ بالتخلص من سجن الغفلة ولا تتخلص من الغفلة إلاّ بتضمير البطن، وتفريغ القلب، ومواصلة الذكر. فجوِّع بطنك، وارفض شغلك، واذكر ربك، يعتزلك شيطانك)[١٣].

ومن مصادر انحراف الإنسان الاشتغال بهموم الدنيا ومتاعها وملذاتها العاجلة، فيغفل عن ذكر اللّه وعبادته على الوجه المطلوب بل قد يصل به الحال إلى إهمال الواجب من الطاعات انشغالاً عنها بحظ من الدنيا وهذا من المشاهد المتكررة في حياة كثير من الناس. لذا يحذر ابن الجوزي من التعلق بهذه الهموم ونسيان طاعة اللّه والتعلق به دون سواه .

(من تفرغ من هموم الدنيا قلبه قل تعبه، وتوفر من العبادة نصيبه، واتصل إلى اللّه مسيره، وارتفع في الجنة مصيره، وتمكن من الذكر، والفكر، والورع، والزهد، والاحتراس من غوائل النفس ووساوس الشيطان .

ومن كثر في الدنيا شغله، اسودَّ قلبه، واظلمَّ طريقه، وكثر همَّه، ونصب بدنه، وصار مهون الوقت، طائش العقل، معقود اللسان عن الذكر، مقيد الجوارح عن الطاعة، من قلبه في كل واد شعبة، ومن عمره لكل شغل حصة) [١٤] .

كما أن ابن الجوزي بيَّن طرق الانحراف فإنه كذلك يبين مصادر السعادة للإنسان في هذه الحياة الدنيا وفي الآخرة من خلال ذكر أهم هذه المصادر وهي التقوى والورع والزهد والعبادة .

(أربع نصائح مستخرجة من أصول نصوص الكتاب والسنة، من عمل بها فقد سلم من سخط اللّه والنار، وحصل على رضوان اللّه والجنة وهي: (التقى، والورع، والزهد، والعبادة). وهذه الأربع نظام الدين، من أقامها محيت عنه الشقوة، وكتبت له السعادة) [١٥] .

كما أن الرضا بالقضاء والقدر يبعد الهموم والغموم التي تأتي في العادة إلى المعرِض عن اللّه سبحانه وتعالى .

(رأيت سبب الهموم والغموم الإعراض عن اللّه عز وجل والإقبال على الدنيا. وكلما فات منها شيء وقع الغم لفواته. فأما من رزق معرفة باللّه تعالى فإنه يستغني بالرضا والقضاء، فمهما قدر له رضي)[١٦] .

أمراض الباطن :

لا تتوفر الصحة النفسية للإنسان الذي يعاني من أمراض الباطن، والتي هي في الأثر أشد وقعاً من أمراض الظاهر الحسية خصوصاً في الصحة النفسية للإنسان. لذا يعطي ابن الجوزي لأمراض الباطن أهمية خاصة في معرفتها وبيان صورها وكيفية علاج كل مرض من أمراضها. ويبدأ بوجوب معرفة الإنسان بعيوبه الباطنة، فإن كان لا يعرفها فإن هناك سبع طرق يمكن من خلالها معرفة تلك العيوب .

(اعلم أن النفس محبوبة وعيوب المحبوب قد تخفى عن المحب، وفي الناس من يقوى نظره وجهاده للنفس فينزلها منزلة العدو في المخالفة فيظهر له عيوبها ... وغرضنا العيوب الباطنة، فإنها كالأمراض الباطنة التي لا يعلم بها الطبيب فيصف لها دواءً، ولا عليها أمارة، ومحبة الإنسان لنفسه تمنعه أن يرى العيب الخفي عيباً ... فإن قيل فإذا كانت العيوب باطنة والإنسان لا يراها عيوباً فكيف الطريق إلى تعرفها ؟ فالجواب إن لذلك سبع طرق :

- الطريق الأول : أن يتخير صديقاً من أعقل مخالطيه ويسأله إبانة ما يرى من قبيحه ويعرفه أن ذلك منة منه عليه، فإذا أخبره ابتهج بما سمع منه، ولم يظهر له الحزن على ذلك لئلا يقصر في شرح الأمور، ويقول له: متى كتمتني شيئاً عددتك غاشا.

- والطريق الثاني : أن يبحث عما يقوله فيه جيرانه وإخوانه ومعاملوه وبماذا يمدحونه أو يذمونه .

- والطريق الثالث : أن يتطلع إلى ما يقول فيه الأعداء، فإن العدو بحاث عن العيوب، ومن هذا الوجه ينتفع الإنسان بعدوه ما لا ينتفع بصديقه لأن العدو يذكر النقص والصديق يستر الخلل، فإذا عرف الإنسان من طريق عدوه نقصه اجتنبه .
- والطريق الرابع : أن يصور أفعاله في غيره ثم يستعمل منها ما يستحسن ويترك ما يستقبح .
- والطريق الخامس : أن يعمل فكره في عواقب خلاله وثمراتها فيرى عيب العيب وحسن الحسن، فإن الفكر الصادق نافذ .
- والطريق السادس : أن يعرض أعماله على محك الشرع ويريها نافذ العقل ويضعها في موازين العدل، فإنه يرى الأرجح والأدون .
- والطريق السابع : أن ينظر في سير العاملين ثم يقيس أفعاله بأفعالهم فيرى حينئذ أن آثار النقص عيب فيجتنبه فضلاً عن فعل القبيح [١٧] .

الهوى :

يذكر ابن الجوزي الهوى على أنه من الأمراض الباطنة التي على الإنسان الحذر منها فيبدأ بتعريفه بأسلوب واضح جامع للمعاني محدداً للمعنى العام المستعمل والمتداول بين الناس. ثم ينتقل إلى ما يدعو إليه الهوى وكيف يدفع الإنسان الهوى عنه، والأساليب السبعة للتخلص من الهوى .

(اعلم أن الهوى ميل الطبع إلى ما يلائمه، وهذا الميل قد خلق في الإنسان لضرورة بقائه، فإنه لولا ميله إلى المطعم ما أكل، وإلى المشرب ما شرب، وإلى المنكح ما نكح، وكذلك كل ما يشتهيه، فالهوى مستجلب له ما يفيد، كما أن الغضب دفاع عنه ما يؤذي، فلا يصلح ذم الهوى على الإطلاق،

وإنما يذم المفرط في ذلك، وهو ما يزيد على جلب المصالح ودفع المضار. ولما كان الغالب من موافق الهوى أنه لا يقف منه على حد المنتفع، أطلق ذم الهوى والشهوات، لعموم غلبة الضرر ... اعلم أن مطلق الهوى يدعو إلى اللذة الحاضرة من غير فكر في عاقبة، ويحث على نيل الشهوات عاجلاً، وإن كانت سبباً للألم والأذى في العاجل ومنع لذات في الآجل ... وينبغي للعاقل أن يتمرن على دفع الهوى المأمون العواقب ليستمر بذلك على ترك ما تؤذي غايته. وليعلم العاقل أن مدمني الشهوات يصيرون إلى حالة لا يلتذونها، وهم مع ذلك لا يستطيعون تركها، لأنها قد صارت عندهم كالعيش الاضطراري ... فإن قال قائل : فكيف يتخلص من هذا من قد نشب فيه ؟ قيل له : بالعزم القوي في هجران ما يؤذي، والتدرج في ترك ما لا يؤمن أذاه، وهذا يفتقر إلى صبر ومجاهدة يهونهما سبعة أشياء :

- أحدها : التفكر في أن الإنسان لم يخلق للهوى، وإنما خلق للنظر في العواقب والعمل للآجل ... فلو كان نيل المشتهى فضيلة لما بخس حظ الآدمي الشريف منه، وزيد حظ البهائم. وفي توفير حظ الآدمي من العقل وبخس حظه من الهوى، ما يكفي في فضل هذا وذم ذلك .

- والثاني :أن يفكر في عواقب الهوى. فكم قد أفات من فضيلة، وكم قد أوقع في رذيلة، وكم من مطعم قد أوقع في مرض، وكم من زلة أوجبت انكسار جاه وقبح ذكر مع إثم ! غير أن صاحب الهوى لا يرى إلاّ الهوى! فأقرب الأشياء شبهاً به من في المدبغة، فإنه لا يجد ريحها حتى يخرج فيعلم أين كان .

- والثالث : أن يتصور العاقل انقضاء غرضه من هواه، ثم يتصور الأذى الحاصل عقيب اللذة، فإنه يراه يربى على الهوى أضعافاً .

- والرابع : أن يتصور ذلك في حق غيره، ثم يتلمح عاقبته بفكره. فإنه سيرى ما يعلم به عيبه إذا وقف في ذلك المقام .
- والخامس : أن يتفكر فيما يطلبه من اللذات، فإنه سيخبره العقل أنه ليس بشيء وإنما عين الهوى عمياء .
- والسادس : أن يتدبر عز الغلبة وذل القهر، فإنه ما من أحد غلب هواه إلاّ أحس بقوة عز، وما من أحد غلبه هواه إلاّ وجد في نفسه ذل القهر.
- والسابع : أن يتفكر في فائدة المخالفة للهوى، من اكتساب الذكر الجميل في الدنيا، وسلامة النفس والعرض، والأجر في الآخرة. ثم يعكس، فيتفكر لو وافق هواه، في حصول عكس ذلك على الأبد)[١٨] .

ويؤكد ابن الجوزي على أن من أهم ما يعين على مقاومة الهوى لزوم مجاهدة النفس وإلاّ سقط الإنسان في اتباع هواه الذي يورده المهالك .

(اعلم وفقك اللّه أن النفس مجبولة على حب الهوى، وقد سبق بيان أذاه، فافتقرت لذلك إلى المجاهدة والمخالفة، ومتى لم تزجر عن الهوى هجم عليها الفكر في طلب ما شغفت به، فاستأنست بالآراء الفاسدة، والأطماع الكاذبة، والأماني العجيبة، خصوصاً إن ساعد الشباب الذي هو شعبة من الجنون، وامتد ساعد القدرة إلى نيل المطلوب)[١٩] .

ومما يعالج به الهوى الصبر فإنه مما ثبت نفعه في مقاومة الهوى ودواعيه، يقول ابن الجوزي:

(وإذ قد قدمنا ذم الهوى، وأمرنا بمخالفة النفس، ولا إمكان لمخالفتها وترك هواها إلاّ بالصبر ... واعلم وفقك اللّه، أن الصبر مما يأمر به العقل، وإنما الهوى ينهى عنه، فإذا فوضلت فوائد الصبر وما تجلب من الخير عاجلاً وآجلاً، بانت حينئذ فضائل العقل وخساسة الهوى)[٢٠] .

صدأ القلب :

القلب هو أهم ما في الجسد بصلاحه تصلح باقي الأعضاء وبفساده تفسد، وهو في الأصل سليم على الفطرة، ولكن يأتيه الخلل والصدأ من الذنوب والمعاصي التي تفسد عليه صفاءه وسلامته فيصبح لا يعرف معروفاً ولا ينكر منكراً. ولكن يمكن علاج صدأ القلب. يقول ابن الجوزي: (اعلم أن القلب في أصل الوضع سليم من كل آفة، والحواس الخمس توصل إليه الأخبار فترقم في صفحته. فينبغي أن يستوثق من سد الطرق التي يخشى عليه منها الفتن، فإنه إذا اشتغل بشيء منها أعرض عما خلق له من التعظيم للخالق والفكر في المصالح، ورب فتنة علق به شباها، فكانت سبباً في هلاكه ... عن أبي هريرة، قال : قال رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم : « **إن المؤمن إذا أذنب كانت نكته سوداء في قلبه، فإن تاب ونزع واستغفر صقل قلبه، وإن زاد زادت حتى تعلو قلبه، فذلك الران الذي ذكر اللَّه عز وجل في كتابه** : ﴿كَلاَّ بَلْ رَانَ عَلَىٰ قُلُوبِهِم مَّا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾) [**المطففين**:١٤].

قال الترمذي : هذا حديث حسن صحيح ... وقال يحيى بن معاذ : سقم الجسد بالأوجاع، وسقم القلوب بالذنوب، فكما لا يجد الجسد لذة الطعام عند سقمه، فكذلك القلب لا يجد حلاوة العبادة مع الذنوب ... عن ابن عمر قال : قال رسول اللَّه (: «**إن هذه القلوب تصدأ كما يصدأ الحديد**». قيل : يا رسول اللَّه، فما جلاؤها ؟ قال : **تلاوة القرآن** » ... إبراهيم الخواص يقول : دواء القلب خمسة أشياء : قراءة القرآن بالتدبر، وخلاء البطن، وقيام الليل، والتضرع عند السحر، ومجالسة الصالحين)[٢١].

إطلاق البصر :

مِمَّا يجب الحذر منه إطلاق البصر في رؤية ما حرم على المسلم رؤيته والنظر إليه. وفي ذلك خطر على القلب وإشغال له عَمَّا ينفعه في دينه ودنياه. فلذا جاء الأمر من اللَّه بغض البصر للذكور والإناث من المؤمنين والمؤمنات. ويوضح ابن الجوزي ذلك فيقول في هذا الشأن:

(اعلم وفقك الله، أن البصر صاحب القلب ينقل إليه أخبار المبصرات، وينقش فيه صورها فيجول فيها الفكر، فيشغله ذلك عن الفكر فيما ينفعه من أمر الآخرة .

ولما كان إطلاق البصر سبباً لوقوع الهوى في القلب، أمرك الشرع بغض البصر عما يخاف عواقبه، فإذا تعرضت بالتخليط وقد أمرت بالحمية فوقعت إذاً في أذى فلم تضج من أليم الألم ... عن أبي هريرة أن رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم قال : «**العينان تزنيان وزناهما النظر**» أخرجه البخاري، ومسلم جميعاً ... فاحذر يا أخي، وفقك اللَّه من شر النظر، فكم قد أهلك من عابد، وفسخ عزم زاهد ... وتلمح معنى قول النبي صلى الله عليه وسلم : «**النظر سهم مسموم**» لأن السم يسري إلى القلب فيعمل في الباطن قبل أن يرى عمله في الظاهر، فاحذر من النظر فإنه سبب الآفات، إلاّ أن علاجه في بدايته قريب، فإذا كرَّر تمكن الشر فصعب علاجه ... النظرة إذا أثرت في القلب فإن عجَّل الحازم بغضها وحسم المادة من أولها سهل علاجه، وإن كرر النظر نقب عن محاسن الصورة ونقلها إلى قلب متفرغ فنقشها فيه، فكلما تواصلت النظرات كانت كالمياه تسقى بها الشجرة، فلا تزال تنمي، فيفسد القلب، ويعرض عن الفكر فيما أمر به، ويخرج بصاحبه إلى المحن، ويوجب ارتكاب المحظورات، ويلقى في التلف)[٢٢] .

ويورد ابن الجوزي كيف يمكن معالجة الهم والفكر المتولد عن النظر وهو العلاج:

(اعلم وفقك اللّه، أنك إذا امتثلت المأمور به، من غض البصر عند أول نظرة، سلمت من آفات لا تحصى، فإذا كررت النظر لم تأمن أن يزرع في قلبك زرعاً يصعب قلعه، فإذا كان قد حصل ذلك فعلاجه الحمية بالغض فيما بعد، وقطع مراد الفكر بسد باب النظر، فحينئذ يسهل علاج الحاصل في القلب، لأنه إذا اجتمع سيل فسد مجراه، سهل نزف الحاصل، ولا علاج للحاصل في القلب أقوى من قطع أسبابه، ثم زجر الاهتمام به خوفاً من عقوبة اللّه عز وجل، فمتى شرعت في استعمال هذا الدواء رجي لك قرب السلامة، وإن ساكنت الهم ترقى إلى درجة العزم، ثم حرك الجوارح ... قيل لبعض الحكماء : ما سبب الذنب ؟ قال : الخطرة، فإن تداركت الخطرة بالرجوع إلى اللّه ذهبت، وإن لم تفعل تولدت عنها الفكرة، فإن تداركتها بالرجوع إلى اللّه بطلت، وإلاّ فعند ذلك تخالط الوسوسة الفكرة، فتولد عنها الشهوة، وكل ذلك بعدٌ باطن في القلب لم يظهر على الجوارح، فإن استدركت الشهوة، وإلاّ تولد منها الطلب، فإن تداركت الطلب وإلاّ تولد منه الفعل .

فإن قال قائل : كيف أقدر على دفع خطرات تخطر لا أملكها ؟ فالجواب: أنها ما لم تكن عزماً لا تضر، غير أنه لا ينبغي أن تؤجر بالخوف ممن يعلم ما تخفي الصدور، لتشاغل القلب بوظائف بعيدة، تلهيه عن الأمر الذي خلق له، ومتى كففت جوارحك ولم تعزم على الخطايا بقلبك، فقد عفي لك عن الوسواس والخواطر، فإذا زجرتها بالخوف فقد بالغت في النظافة)[٢٣] .

وبما أن مشكلة النظر تقوم على النظر إلى المرأة الأجنبية والإعجاب بها فقد جاء الشرع بعلاج ذلك كما يورده ابن الجوزي (عن جابر أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم رأى امرأة فأعجبته، فأتى زينب فقضى منها حاجته، وقال: « **إن المرأة تقبل في صورة شيطان، وتدبر في صورة شيطان، فإذا رأى أحدكم امرأة فأعجبته فليأت أهله، فإن ذلك يرد مما في نفسه**» انفرد بإخراجه مسلم، وقد نبه في هذا الحديث على أمرين:

- أحدهما : التسلي عن المطلوب بجنسه .
- والثاني : الإعلام بأن سبب الإعجاب قوة الشهوة ،فأمر بتنقيصها[٢٤] .

العشق:

العشق أحد أمراض الباطن لدى الإنسان، والتي يجب عليه الحذر منها والابتعاد عنها لما تسببه من اعتلال في الصحة النفسية والجسمية للإنسان، لذا نجد ابن الجوزي يذكره مبيناً له ومحذراً منه:

(قال بعض الفلاسفة : لم أرَ حقا أشبه بباطل، ولا باطلاً أشبه بحق، من العشق. هزله جد، وجده هزل وأوله لعب وآخره عطب) .

قال ابن عمران :وأخبرني أحمد بن يحيى، قال :حدثنا أبو العيناء، قال : حدثنا ابن عائشة، قال : قلت لطبيب كان موصوفاً بالحذق : ما العشق ؟ قال :شغل قلب فارغ .

قلت: وقد ذهب بعضهم إلى أنه مرض وسواسي شبيه بالماليخوليا[٢٥] .

ولكن قد يسأل سائل عن أسباب العشق، فنجد الجواب عند ابن الجوزي:

(سبب العشق مصادفة النفس ما يلائم طبعها، فتستحسنه وتميل إليه، وأكثر أسباب المصادفة النظر ... ومن أسباب العشق سماع الغزل والغناء، فإن ذلك يصور في النفوس نقوش صور، فتتخمر خميرة صورة موصوفة، ثم يصادف النظر مستحسناً، فتتعلق النفس بما كانت تطلبه حالة الوصف)[٢٦] .

ثم ينتقل بنا ابن الجوزي للحديث عن أضرار العشق في الدين والدنيا للإنسان:

(العشق بين الضرر في الدين والدنيا. أما في الدين فإن العشق أولاً يشغل القلب عن الفكر فيم خلق له، من معرفة الإله والخوف منه والقرب إليه، ثم بقدر ما ينال من موافقة غرضه المحرم يكون خسران آخرته، وتعرضه لعقوبة خالقه، فكلما قرب من هواه بعد من مولاه، ولا يكاد العشق يقع في الحلال المقدور عليه، فإن وقع، فيا سرعان زواله ... وأما ضرر العشق في الدنيا فإنه يورث الهم الدائم، والفكر اللازم، والوسواس والأرق، وقلة المطعم وكثرة السهر، ثم يتسلط على الجوارح، فتنشأ الصفرة في البدن، والرعدة في الأطراف، واللجلجة في اللسان، والنحول في الجسد، فالرأي عاطل، والقلب غائب عن تدبير مصلحته، والدموع هواطل والحسرات تتتابع، والزفرات تتوالى، والأنفاس لا تمتد، والأحشاء تضطرم، فإذا غشي على القلب إغشاء تاما أخرجت إلى الجنون، وما أقربه حينئذ إلى التلف، هذا وكم يجني من جناية على العرض، ووهن الجاه بين الخلق، وربما أوقع في عقوبات البدن وإقامة الحد)[٢٧] .

أما علاج العشق فقد تصدى له ابن الجوزي وذكر قرابة ١٤ نوعاً من أدوية علاج العشق في قرابة ٣٦ صفحة وللاختصار فسنحاول في ما يلي إيراد مختصر لتلك الأدوية التي أوردها لعلاج العشق:

(الحمية اللازمة في زمان الصحة لا ينبغي أن تترك. ومتى علمت أسباب المرض وجب اجتنابها ... الواجب على من وقع بصره على مستحسن، فوجد لذة تلك النظرة في قلبه أن يصرف بصره، فمتى ما تثبت في تلك النظرة أو عاود وقع في اللوم شرعاً وعقلاً ...

فإن قيل : فما علاج العشق إذا وقع بأول لمحة ؟

قيل : علاجه الإعراض من النظر، فإن النظر مثل الحبة تلقى في الأرض، فإذا لم يلتفت إليها يبست، وإن سقيت نبتت، فكذلك النظرة إذا ألحقت بمثلها ... فإن جرى تفريط بإتباع نظرة لنظرة، فإن الثانية هي التي تخاف وتحذر، فلا ينبغي أن تحقر هذه النظرة ... وعلاج هذه النظرة، بالنظر فيما تقدم ذكره، من الأمر بغض البصر والتحذير من شر النظر، وخوف العقوبة من اللّه سبحانه عاجلاً وآجلاً، والحذر من سوء عاقبتها وما تجر وتجني. فيتجدد من العزم على الغض معنى يسمى اليأس، وهو دواء حاسم ... وليكن لك في هذا الغض عن المشتهى نية تحتسب بها الأجر، وتكتسب بها الفضل، وتدخل في جملة من نهى النفس عن الهوى ... فإن كان تكرار النظر قد نقش صورة المحبوب في القلب نقشاً متمكناً، وعلامة ذلك امتلاء القلب بالحبيب، فكأنه يراه حالا في صدره، وكأنه يضمه إليه عند النوم ويحادثه في الخلوة، فاعلم أن سبب هذه الطمع في نيل المطلوب. وكفى بالطمع مرضاً. وقل أن يقع الفسق إلاّ في المطموع فيه ... وعلاج هذا المرض : العزم القوي على البعد عن المحبوب، والقطع الجزم على غض البصر عنه، وهجران الطمع فيه، وتوطين النفس على اليأس منه، والنظر فيما تقدم من ذم الهوى والتحذير من ذلك ... فإن كان تكرار النظر قد مكّن نقش صورة المحبوب في القلب، فأثر ذلك قوة الفكر وزيادة الشهوة واشتداد القلق، فسبب ذلك زيادة الطمع وقوته ... وعلاج

هذا المرض من جنس ما تقدم، إلاّ أنه ينبغي أن يكون أقوى منه، فإنه يفتقر إلى قوة شديدة في العزم على الغض وهجر المحبوب قطعاً بتّاً. ليعود بالغض نبات المحبة الذي سقي بمياه النظرات هشيماً ...

فإن قال قائل : قد كبرت جنايتي على نفسي، وكررت النظر، وانتقشت صورة المحبوب في قلبي، وأورثت القلق الدائم، ورأت النفس أنها تستشفى من هذا المرض بتكرار النظر والزيارة للمحبوب، فلما فعلت زاد الأمر بي، وما أقدر أن أصبر عن الحبيب لحظة، فهل لهذا من علاج أتلافى فيه أمري قبل التلف ؟ فالجواب : كيف آمرك بهجر من لا تصبر عنه لحظة ؟ وكيف لا آمرك وأنت على شفا هلكه قد لعبت ببدنك ودينك؟

اعلم أن الخيال الذي وقع لك، من أن التزاور والنظر يشفي بعض المرض خيال فاسد ... فإذا عرفت غرور الشيطان في زعمه أن القرب دواء، وأن النظر شفاء، بما أوضحت لك من أن قوله محال، وأنه أمر تزيد به الحال، مع ارتكاب المحظور، الذي لا طاقة بعذابه، ولا قوة على عقابه، علمت حينئذ أنه لا علاج إلاّ بالهجر، وحسم الطبع من غير تردد...

وتفكر في خطواتك إلى لقاء محبوبك .

فاعلم أنها مع ما بيَّنا من ضرر ألم الزيارة، مكتوبة عليك وأنت مطالب بها ... وتفكر في مكالمتك محبوبك. فإنك مسؤول عما تقول، مع إلهاب الكلام نار الحب ... فإن قويت أسباب الهوى فحملتك على الخلوة بحبيبك، فقد تعرضت بالأسد في خيسه، وبعيد سلامة مثلك. فالهرب الهرب، فلا نجاة في غيره .

فإن أمسكك الهوى فاجتذب نفسك من يده بخوف من يراك حين تقوم، واستحي من نظره إليك فإنه حاضر معك ... فأدر في تلذذك ذكر مرارة الموت الذي سماه رسول اللّه صلى الله عليه وسلم هادم اللذات، وتذكر شدة النزع، وتفكر في الموتى الذين حبسوا على أعمالهم ليجازوا بها، فليس فيهم من يقدر على محو خطيئته ولا على زيادة حسنة ... وصور لنفسك حين اعتراض الهوى عرضك على ربك، وتخجيله إياك بمضيض العتاب على فعل مانهاك عنه ... وتخايل شهادة المكان الذي تعصي فيه عليك يوم القيامة ...

عن أبي هريرة، قال : قرأ رسول اللّه صلى الله عليه وسلم :﴿ يَوْمَئِذٍ تُحَدِّثُ أَخْبَارَهَا ﴾ [الزلزلة : ٤] فقال: **أتدرون ما أخبارها؟ أن تشهد على كل عبد وأمة بما عمل على ظهرها، أن تقول : عمل كذا وكذا في يوم كذا وكذا، فهو أخبارها**»...

ومثّل في نفسك عند بعض زللك، كيف يؤمر بك إلى النار التي لا طاقة لمخلوق بها، وتصور نفاذ اللذة وبقاء العار والعذاب ...

فإن قال قائل :قد عرفت صحة ما ذكرت كله، وعلمت أن لا دواء كاليأس، وقد عزمت على هجر المحبوب بالكلية، وقطعت طمعي منه جزماً، إلاّ أنني في قلق لا يسكن، وحرقة لا تخبو، ولهيب لا يطفأ. فهل لذلك علاج؟ فالجواب : أنه إن كان المحبوب مقدوراً عليه مباحاً، كجارية يمكن شراؤها أو امرأة يمكن أن تتزوج، فلا دواء لذلك كذلك .

فإن خلقاً كثيراً أضناهم العشق، فلما قدروا على المحبوب عاودتهم الصحة سريعاً، لأن النكاح يزيل العشق ...

وإن كان حصول المحبوب ممكناً جائزاً في الشرع إلاّ أنه تعسر، فليلجأ المحب إلى اللّه سبحانه في تسهيله، وليعامله بالصبر على مانهى عنه، فربما عجّل له مراده .

فإن قال قائل: قد ذكرت علاج العاشق بتحصيل المعشوق إن كان مباحاً، ورجيته بأن ذلك يمكن، وقد اتفق لجماعة، فما تقول في عشق من لا سبيل إلى تحصيله، كذات الزوج أم محرم على التأبيد كالأمرد، فهل لهذا الأمر من علاج ؟ مع أنه قد أنحف الجسد وأدام السهر وقارب بصاحبه مرتبة الجنون. فالجواب : أن العلاج الكلي في جميع أمراض العشق الحمية، وإنما تقع الحمية بالعزم الجازم على هجر المحبوب، فإن حصلت هذه الحمية حسنت المعالجة، والعلاج حينئذ يقع للظاهر والباطن، فليبتدئ المريض باللجوء إلى اللّه سبحانه، وليكثر من الدعاء، فإنه مضطر، وهو يجيب المضطر إذا دعاه، ثم ليتعالج، فإن الأسباب لا تنافي التوكل والدعاء[٢٨] .

الكذب :

هو نقل الكلام على غير وجهه الصحيح، وقد يكون للإفساد بين الناس. وهو من أقبح الانحرافات الباطنة في الإنسان، وقد بيّن ابن الجوزي أن الكذب مما يدعو إليه الهوى، ثم بيّن كيف يعالج.

(هذا من العوارض التي يدعو إليها الهوى. وذلك أن الإنسان لمحبته الرياسة يؤثر أن يكون مخبراً معلماً لعلمه بفضل المخبر على المخبر. وعلاج هذا المرض أن يعلم عقوبة اللّه للكاذب، وأن يتيقن أنه مع استدامة الكذب لا بد أن يطلع على حاله، فينقص نقصاً لا يتلافى، فيربو حياؤه وخجله واحتقار الناس له وتكذيبهم إياه في الصدق وقلة ثقتهم به على ما اكتذبه.

بسنده عن عبدالله قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : «**ما يزال الرجل يكذب ويتحرى الكذب حتى يكتب عند الله كذاباً**». وقال ابن مسعود : كل الخلال يطبع عليها المؤمن إلاّ الخيانة والكذب)[٢٩].

الحسد :

وهو من أشد أمراض الباطن التي يمكن أن تصيب الإنسان وتؤدي به إلى الخسران في الدنيا والآخرة، وهو من أهم مصادر اختلال الصحة النفسية، ومن دلائل ضعف التدين لدى الإنسان المتعاطي له. وقد أحسن ابن الجوزي في تعريفه وتعداد الأمور التي يقع فيها ثم في وصف علاجه .

(الحسد تمني زوال نعمة المحسود، وإن لم يصر للحاسد مثلها. وسبب ذلك حب الميزة على الجنس، وكراهة المساواة. فإذا حصلت للغير نعمة تميز بها تألم هذا الإنسان لتلك الميزة أو بمساواته له فيها ؛ فلا يزيل ذلك الألم إلاّ زوال تلك النعمة عن المحسود، وهذا أمر لا يكاد أحد ينفك منه في باطنه، ولا يأثم الإنسان بوجود ذلك بل يأثم بالتمني لزوال النعمة عن أخيه المسلم .

واعلم أن الحسد يوجب طول السهر، وقلة الغذاء، ورداءة اللون، وفساد المزاج، ودوام الكمد .

قيل لأعرابي عاش مائة وعشرين سنة : ما أطول عمرك ؟ فقال : تركت الحسد فبقيت .

واعلم أنه لا يقع الحسد إلاّ في أمور الدنيا ؛ فإنك لا ترى أحداً يحسد قوام الليل ولا صوام النهار، ولا العلماء على العلم بل على الصيت والذكر. وعلاج هذا المرض أن يعلم الإنسان أولاً أن الأقدار السابقة لابد أن تجري،

وأن الاحتيال في صرف المقدور غير ممكن، وأن القسام حكيم، ثم هو مالك؛ يعطي، ويحرم، فهو الذي خلق الطرف السابق والكودن* وكأن الحاسد مضاد لإرادة المعطي سبحانه...

ثم إن المحسود لم ينقص الحاسد من رزقه، ولم يأخذ شيئاً من يده، فقصد الحاسد زوال ما أعطيه ظلم محض. ثم ينبغي للحاسد أن ينظر في حال المحسود، فإن كان إنما نال الدنيا فقط، فهذا ينبغي أن يرحم؛ لا أن يحسد، لأن الذي ناله في الغالب عليه، لا له، وهل فضول الدنيا إلاَّ هموم... ثم ليعلم أن النعم كثيرة الأكدار، ثم هي قليلة اللبث، والمصائب تردفها، فإن صاحب النعمة ينتظر زوالها، أو زواله عنها، ثم ليوقن أن ما يحسد عليه المحسود ليس هو عند المحسود كما هو عند الحاسد، فإن الناس يظنون في أرباب المناصب أنهم في غاية اللذة، ولا يدرون أن الإنسان يسمو إلى أمر فإذا ناله برد عنه وصار عادة لهو، فهو يسمو إلى ما هو أعلى منه. وهذا الحاسد يرى الأمر بعين الجدة والغبطة.

وليعلم الحاسد أنه لو عاقبه المحسود لما ناله بأشد من الأذى الذي هو فيه، فإن لم ينتفع بشيء من هذا العلاج فليسع في التسبب إلى مثل ما نال المحسود ... فإن لم ينل ما نال المحسود فلتكن مجاهدته إمساك لسانه عن ثلبه، وحبس ما في قلبه) (٣٠).

الحقد :

الحقد مرض آخر من أمراض الباطن والتي تؤثر في صحة الإنسان بطريقة سلبية. وقد عرفه ابن الجوزي وكيف يعالج. (الحقد بقاء أثر

* الكودن : نوع من الحيوان، ويضرب مثلاً للإنسان البليد.

القبيح من المحقود في النفس. ولعمري إن العقل يقضي ببقاء أثر القبيح كما يقضي ببقاء أثر الجميل ... فإذا ثبت أن الجميل لا ينسى، فالقبيح كذلك، إلاّ أنه يستحب الاجتهاد في إزالة أثر القبيح من القلب.

وعلاج ذلك أن يكون بالعفو والصفح، وللعفو محلان : أحدهما: رؤية الثواب للعافي. والثاني: شكر من جعل هذا في مرتبة من يعفو، وذلك في منزلة من يهفو. ومن كمال العفو حصول الرضا وذلك بمحو ما في القلب. وههنا علاج أدق من هذا، وهو أن يرى الإنسان أن الذي سلط عليه لأذاه إنما هو بذنب منه أو لتكفير خطأ، أو لرفع درجة، أو لاختباره في صبره. وثم علاج أدق من هذا وهو أن يرى الأشياء من المقدر) (٣١).

الغضب :

وهو من أمراض الباطن التي يغفل عنها بعض الناس فيكون سبباً في اختلال صحتهم النفسية، وإن كان مما ركب في الإنسان إلاّ أن لديه القدرة على التحكم فيه والتقليل من آثاره على سلوكه. يقول عنه ابن الجوزي :

(الغضب إنما ركب في طبع الآدمي على دفع الأذى عنه والانتقام من المؤذي له، وإنما المذموم إفراطه ؛ فإنه حينئذ يزيل التماسك، ويخرج عن الاعتدال، فيحمل على تجاوز الصواب وربما كانت مكانته في الغضبان أكثر من مكانته في المغضوب عليه. والغضب حرارة تنتشر عند وجود ما يغضب، فيغلي عندها دم اللذات طلباً للانتقام، وربما أثر الحمى. وسببه في الغالب الكبر، فإن الإنسان لا يغضب على من هو أعلى منه. وعلاجه أولاً أن يتثبت الغضبان، ويغير حاله ؛ فإن كان ناطقاً سكت، وإن كان قائماً قعد، وإن كان قاعداً اضطجع ؛ ليسكن تلك الفورة. وإن خرج في الحال عن المكان وبعد

عن المغضوب عليه كان أصلح، ثم يتفكر في فضل كظم الغيظ، فقد مدح اللّه سبحانه القوم فقال : ﴿ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ﴾ [آل عمران: ١٣٤] فإن رأى ما سلط عليه بذنبه، أو شاهد قدرة المسلط على ما ذكرنا في الحقد هان الأمر.

وقد جاء في هذا أحاديث ؛ فذكر بسنده إلى أبي هريرة قال : «أتى النبي صلى الله عليه وسلم رجل فقال : أوصني، قال : **لا تغضب**، فردد مراراً قال: **لا تغضب** » رواه البخاري .

وقال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : « **ليس الشديد بالصرعة إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب** » أخرجاه ... ومن العلاج أن يتصور الغضبان حاله عند الغضب، ثم يتصور حاله عند السكون، فحينئذ يعلم أن حالة الغضب حالة جنون وخروج عن مقتضى العقل. ومتى لم ينثن عزم الغضبان عن ضرب المغضوب عليه فاستقر وغير ذلك ووعد نفسه بالفعل بشرط التثبت، فإنه إذا حصل التثبت رأى قبح ما عزم عليه، فترك.

وقد كان السلف إذا غضبوا، غفروا وصفحوا طلباً لفضيلة العفو، وكظم الغيظ. ومنهم من يرى السبب في إغضابه ذنوب نفسه. ومنهم من يرى أنه مختبر ... ولا ينبغي للغضبان على الشخص أن يعاقبه في حال غضبه، وإن كان مستحقا للعقوبة ؛ بل يمهل حتى يسكن الغضب، لتكون العقوبة بمقدار الإساءة، لا بمقدار الغضب) [٣٢] .

الكبر :

وهو من أخطر أمراض الباطن ويدل على ضعف التدين لدى الفرد ويورث اختلالاً في صحته النفسية. يقول ابن الجوزي في وصفه والتحذير منه وكيف يعالج :

(الكبر تعظيم شأن النفس واحتقار الغير وذلك يكون بسبب الترفع على من هو دونه إما في النسب أو المال أو العلم أو العبادة أو غير ذلك. وعلامة الكبر الأنفة ممن يتكبر عليه، والاختيال والفخر ومحبة تعظيم الناس له. وعلاج ذلك نوعان : جملي وتفصيلي : فأما الجملي : فنوعان علمي وعملي، فالعلمي، في الأدلة السمعية والعقلية على رذائل الكبر، وأما العملي فصحبة المتواضعين وسماع أخبارهم، وأما التفصيلي فإنه ينظر إلى رذائل النفس، وأن يعلم أن ما يتكبر به، إن كان مالاً فهو مأخوذ منه عن قريب، والفضل إنما يكون في الغنى عن الشيء لا به، لأن الغنى بالشيء فقير إليه، وإن كان علماً فقد سبقه خلق كثير أعلم منه، ثم علمه ينهاه عن حالته، فهو حجة عليه، كذلك إن كان عملاً تم رؤيته للعمل بعين التمام نقيصة ... وفي إفراد مسلم من حديث ابن مسعود، عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال « **لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر**»، فقال الرجل: إن الرجل يحب أن يكون ثوبه حسناً ونعله حسنة، قال: « **إن اللّه جميل يحب الجمال، الكبر بطر الحق وغمط الناس**»)[٢٣].

العجب :

وهو من الأمراض الباطنة التي يغفل عنها بعض الناس وهو واقع فيها فيرى نفسه كامل لا عيب فيه إنما العيوب في الآخرين وهذا دليل على اختلال صحته النفسية. يقول ابن الجوزي عن العجب :

(العجب إنما ينشأ من حب النفس. والمحبوب لا ترى زلته ولا يعتقد نقصه، بل يرى بعين الكمال، ومن بلايا العجب أنه يؤدي إلى بغض الأمر الذي وقع فيه العجب، لأن المعجب بنفسه في أمر لا يتزيد منه، ثم يترقى

إلى أن يعيب غيره في الاعتقاد والنقص في سواه، وعلاج العجب البحث عن عيوب النفس على ما بيَّنا آنفاً، وسؤال الغير عن قبائحها ومعايبها، والنظر في أحوال من سبقه، إلى ما أعجب به وبرز عليه، فإن عجب العالم بعلمه فلينظر في سير العلماء، أو بزهده فلينظر في سير الزهاد، فحينئذ لا يعد نفسه) [٣٤] .

الرياء :

وهو من أخطر أمراض الباطن التي تبطل العمل، وتدل على اختلال في سواء نفسية من يتعاطاه. قال عنه ابن الجوزي :

(من عرف اللّه تعالى حق معرفته أخلص له عمله، وإنما يقع الرياء من قلة المعرفة له، وتعظيم قدر الحق، وإيثار النفس مدحهم، وحمدهم والناس في هذا المرض متفاوتون ؛ فمنهم من لا يقصد بعمله إلاّ مدح الخلق له، ومنهم من يريد اللّه بعمله، ويريد مدح المخلوقين، ومنهم من لا يقصد الخلق أصلاً، فإذا اطلعوا عليه حسن العمل وجوده ليمدح، فهذه آفة دخلت على عمل صحيح .

وعلاج هذا المرض في الجملة تحقيق معرفة اللّه سبحانه، فمن عرفه أفرد القصد له، ولم ير غيره، وأقام نفسه في مقام العابد الذليل للمعبود؛ لا في مقام معبود ممدوح، ورأى أن حصول الأجر إنما يكون بخالص العمل، فاحترس من تعب ضائع .

والعقوبة على الرياء شديدة .

بسنده حديث عمر بن الخطاب « **إنما الأعمال بالنية وإنما لكل امرئ ما نوى»**) [٣٥] .

الحزن :

الحزن من أمراض الباطن التي تؤثر في صحة الإنسان النفسية وتجعله لا يتمتع بحياته بصورة طبيعية، بل تكون سبباً في عزله عن الآخرين. يقول ابن الجوزي في تعريفه وعلاجه:

(اعلم أن العاقل لا يخلو من الحزن؛ لأنه يتفكر في سالف ذنوبه فيحزن على تفريطه، وفيما قال العلماء والصالحون فيحزن لفوته ... وجاء في الحديث : «**بقية عمر المؤمن لا قيمة له يستدرك فيه ما فات**» فإن كان المحزون عليه لا يمكن استدراكه لم ينفع الحزن، وإن كان ديناً فينبغي أن يقاومه برجاء الفضل والرحمن ليعتدل الحال، فأما إذا كان الحزن لأجل الدنيا وما فات منها فذلك الخسران المبين، فليدفعه العاقل عن نفسه .

وأقوى علاجه أن يعلم أنه لا يرد فائتاً وإنما يضم إلى المصيبة فتصير اثنتين، والمصيبة ينبغي أن تخفف عن القلب وتدفع، فإذا استعمل الحزن والجزع زادت ثقلاً. قال ابن عمرو : إذا استأثر اللّه بشيء فاله عنه ثم في الخلف عن الفائت ما يسلي، فإن عدم ما يسلي اجتهد في صرف ذلك عن قلبه، وليعلم أن الداعي إلى الحزن الهوى، لا العقل، لأن العقل لا يدعو إلى ما لا ينفع، وليعلم أنه سيسلو بعد حين، فليجتهد في تقديم المؤخر، وليربح ما بين الزمانين، ومما يمحق الحزن العلم بأنه لا يفيد، والإيمان بالثواب، ويذكر من أصابه أكثر من مصيبته) [٣٦] .

الغم والهم :

وهما مما يصيب الإنسان في حياته نتيجة قوارع الدهر، ولكن العاقل هو الذي يصبر على ما أصابه ويعلم أنه من قدر اللّه فإن أصابه خير شكر وإن أصابه ضر صبر. ويتعامل مع المستقبل بروح المؤمن الذي يأخذ

بالأسباب ويبذل الجهد ويترك الباقي على ربه جل وعلا. فإن لم يفعل ذلك اختلت صحته النفسية وتكدر عيشه وكان هو من جلب على نفسه ما يؤذيها.

قال ابن الجوزي :

(الغم يكون للماضي، والهم للمستقبل، فمن اغتم لما مضى من ذنوبه نفعه غمه على تفريطه، لأنه يثاب عليه، ومن اهتم بعمل خير، نفعته همته، فأما إذا اغتم لمفقود من الدنيا فالمفقود لا يرجع، والغم يؤذي، فكأنه أضاف إلى الأذى أذى، كما قلنا في الحزن، وينبغي للحازم أن يحترز مما يجلب الغم، وجالبه فقد المحبوب، فمن كثرت محبوباته كثر غمه، ومن قللها قل غمه، فإن قال قائل : إذا لم أجد محبوباً اغتممت، قيل له صدقت، ولكن لا يبلغ غمك بالعدم معشار عشر غم من فقد المحبوب، ألاّ ترى أن من لا ولد له يغتم، ولكن لا كغم من أصيب بولده، ثم إن الإنسان كلما طال ألفه لما يحبه واستمتاعه به تمكن من قلبه، فإذا فقده أحس من مر التألم في لحظة لفقده بما يزيد على لذات دهره المتقدم، وهذا لأن المحبوب ملائم للنفس كالصحة فلا تجد النفس لذتها إلاّ عند وجودها، وفقدها مناف لها، ولذلك تألم بالفقد ما لا تفرح بالموجود لأنها ترى وجود المحبوب كالحق الواجب لها، فينبغي للعاقل تقليل الألفة، فإن اضطر إلى جوالب الغم فأثمرت الغم، فعلاجه في الأول الإيمان بالقدر، وأنه لا بد مما قضى، ثم يعلم أن الدنيا موضوعة على الكدر، فالبناء إلى النقض، و الجمع إلى التفرق، ومن رام بقاء ما لا يبقى كان كم رام وجود ما لا يوجد، فلا ينبغي أن يطلب من الدنيا ما لم توضع له كما قال الشاعر :

طبعت على كدر وأنت تريدها صفواً من الإيذاء والأكدار

ثم يتصور ما نزل به مضاعفاً فيهون عليه حينئذ ما هو فيه ... ثم ليترقب زمن العافية هجوم البلاء ... أن يتصور أن يؤخذ ماله كله، فإذا أخذ البعض عد الباقي غنيمة، ويتصور أن يعمى، فإذا رمد سهل الأمر، وكذلك جميع المضرات ...

وقد يقع الحزن والغم من غلبة السوداء فيعالج بما يزيل السوداء بالمفرحات. والغم يجمد الدم، والسرور يلهب الدم حتى تعلو حرارته الغريزية، وجميعاً يضران، وربما قتلا إن لم يعجل تفتيرهما) [٣٧] .

الخوف والحذر :

وهما من انحراف الباطن لدى الإنسان إذا زادا عن حدهما فإنهما يخلان بالصحة النفسية للفرد، فجاء تحذير ابن الجوزي منهما حتى لا يقع تأثيرهما السلبي على الفرد:

(الخوف والحذر إنما هما للمستقبل، والحازم من أعد للخوف عدته قبل وقوعه، ونفى فضول الخوف مما لا بد منه، إذ لا ينفعه خوفه منه، وقد اشتد الخوف من اللّه تعالى بكثير من الصالحين حتى سألوا اللّه تعالى تقليل ذلك، والسبب في سؤالهم أن الخوف كالسوط فإذا ألح بالسوط على الناقة قلقت، وإنما ندب به المتواني ... ولا ينبغي للعاقل أن يشتد خوفه من نزول المرض، فإنه نازل لا بد، وخوف ما لا بد أن يأتي زيادة أذى، فأما الخوف من الموت والفكر فيه، فإنه لا سبيل إلى دفعه عن النفس، وإنما يخفف الأمر العلم بأنه لا بد منه، فلا يفيد الحذر إلاّ زيادة على المحذور، وكلما تصورت شدته كانت كل تصويره موتاً، فليصرف الإنسان فكره عن تصور الموت ليكون ميتاً مرة لا مرات ،ويكون صرف الفكر ربحاً، وليعلم أن

اللّه تعالى قادر على تهوينه إذا شاء، وليوقن بأن ما بعده أخوف منه، لأن الموت قنطرة إلى منزلة إقامة، وإنما ينبغي للإنسان أن يكثر من ذكر الموت ليعمل له لا لنفس تصويره وتمثيله، فإن خطر على القلب الحزن على فراق الدنيا فعلاج ذلك أن يعلم أنها ليست بدار لذة، وإنما لذاتها راحة من مؤلم، ومثل هذا لا ينافس فيه)(٣٨).

فضول الفرح :

الفرح إذا زاد عن حده انقلب إلى ضده ويصل بصاحبه إلى الشره والبطر، وهي من علامات اختلال صحة الفرد النفسية، لذلك جاء تحذير ابن الجوزي من هذا النوع من الفرح وذلك لنتائجه السيئة:

(إذا اشتد الفرح التهب الدم، وذلك يضر، وربما قتل إن لم يعدل، وينبغي للإنسان إذا رأى أسباب الفرح أن يدرج نفسه إليه، فإن يوسف عليه السلام لما التقى بأخيه سأله هل لك من أب ولم يزل يلاطفه لئلا يفجأه بالسبب المفرح، والفرح ينبغي أن يكون بمقدار ليعدل الحزن، فأما إذا أفرط فإنه دليل على الغفلة القوية، إذ لا وجه للفرح عند العاقل، فإنما يفرح بالطبع لما يفرح، ثم يذكر مصيره وخوف مآله، فينمحي ذلك الفرح، ومتى قويت غفلة الفرح حملت إلى الأشر والبطر، ومن هذا قوله تعالى : ﴿لا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ﴾ [القصص : ٧٦] يعني الأشرين الذين خرجوا بالفرح إلى البطر. وعلاج شدة الفرح بالفكر فيما قد سلف من الذنوب، وفيما بين يدي العبد من الشدائد) (٣٩).

الكسل :

هو داء يصاب به بعض الناس فيقعدهم عن العمل و النشاط والتأثير الإيجابي في الحياة. كما أنه مؤشر على اختلال الصحة النفسية للفرد لذلك استعاذ منه رسول اللّه صلى الله عليه وسلم، يقول عنه ابن الجوزي:

(الموجب للكسل حب الراحة، وإيثار البطالة، وصعوبة المشاق. وفي الصحيحين من حديث أنس بن مالك أن النبي صلى الله عليه وسلم كان يكثر أن يقول : «**اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن والعجز والكسل**» وعلاج الكسل تحريك الهمة بخوف فوات القصد، وبالوقوع في عقاب اللوم، أو بالحصول في بيد التأسف فإن أسف المفرط إذا عاين أجر المجتهد أعظم من كل عقاب، وليفكر العاقل في سوء مغبة الكسل، فرب راحة أوجبت حسرات وندماً، ومن رأى جاره قد سافر ثم عاد بالأرباح زادت حسرته أسفه على لذة كسله أضعافاً، وكذلك إذا برع أحد الرفيقين في العلم وتكاسل الآخر. والمقصود أن ألم الفوات يربو على لذة الكسل ... ومن أنفع العلاج النظر في سير المجتهدين، فالعجب من مؤثر البطالة في موسم الأرباح وتارك الاستلاب وقت النثار) [٤٠] .

المصائب :

تمر بالإنسان خلال مراحل حياته المختلفة مصائب تتفاوت في وقعها على نفسه، ولكن الإنسان الذي لديه مستوى عال من التدين يضعف تأثير هذه المصائب عليه ولا تخل بصحته النفسية، على عكس ضعيف التدين فإن المصائب تكون غالباً سبباً في اختلال صحته النفسية. يقول ابن الجوزي :

(من نزلت به بلية، فأراد تمحيصها، فليتصورها أكثر مما هي تهن، وليتخايل ثوابها وليتوهم أعظم منها، يرى الربح في الاقتصار عليها، وليتلمح سرعة زوالها، فإنه لولا كرب الشدة، ما رجيت ساعة الراحة، وليعلم أن مدة مقامها عنده، كمرة مقام الضيف فليتفقد حوائجه في كل لحظة، فيا سرعة انقضاء مقامه، ويا لذة مديحه وبشره في المحافل،

ووصف المضيف بالكرم. فكذلك الشدة، ينبغي أن تراعى الساعات، ويتفقد فيها أحوال النفس، ويتلمح الجوارح، مخافة أن يبدو من اللسان كلمة، أو من القلب تسخط، فكأن قد لاح فجر الأجر، فإنجاب ليل البلاء، ومدح الساري بقطع الدجى، فما طلعت شمس الجزاء، إلاّ وقد وصل منزل السلامة) [٤١] .

ومن أهم المصائب التي تصيب الإنسان في هذه الحياة وتؤثر في صحته النفسية وتخل بتوازنها واستقامتها المعاصي، فعواقبها وخيمة في الدين والدنيا وذلك نرى تحذير ابن الجوزي من الوقوع فيها.

(من تأمل عواقب المعاصي رآها قبيحة، ولقد تفكرت في أقوام أعرفهم يقرّون بالزنا وغيره، فأرى من تعثرهم في الدنيا مع جلادتهم ما لا يقف عند حد، وكأنهم قد ألبسوا ظلمة، فالقلوب تنفر عنهم. فإن اتسع عليهم شيء فأكثره من مال الغير، وإن ضاق بهم أمر أخذوا يتسخطون على القدر، هذا وقد شغلوا بهذه الأوساخ عن ذكر الآخرة)[٤٢].

ومن المصائب الانغماس في الملذات ونسيان العواقب، والنتيجة اختلال في الصحة النفسية وخسران في الدنيا والآخرة، إلاّ من اقتصر على الحلال بما يكفيه بلا شَرَهٍ ولا بطر. يقول ابن الجوزي :

(من تأمل الدنيا علم أنه ليس فيها لذة أصلاً، فإن وجدت لذة شيبت بالنغص التي تزيد على اللذة أضعافاً ... فينبغي لمن وفقه اللّه سبحانه أن يأخذ الضروري الذي يميل إلى سلامة الدين والبدن والعافية، ويهجر الهوى الذي نغصه تتضاعف على لذته، ومن صبر على ما يكره قصد النفع في العاقبة التذ أضعافاً، كطالب العلم فإنه يتعب يسيراً، وينال خير الدارين، مع سلامة العاقبة. ولذة البطالة تعقب عدم العلم والعمل فيزيد

الأسى أضعافاً فالله اللّه أن يغلبك هواك العاجل. ومتى هم الهوى بالتوثب فامنعه وزن عاجله بآجله. وما يتذكر إلاّ أولا الألباب)[٤٣] .

ومن المصائب الغفلة عن ذكر اللّه والوقوع في المعاصي مما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية للإنسان كما أنها دليل على ضعف تدينه. يقول ابن الجوزي عن ذلك :

(العذاب مصبوب على أهل سخط اللّه، والسخط حال على أهل معصية اللّه. والمعصية لازمة لمن الشيطان له ملازم، وإنما يلازم الشيطان من غشى عن ذكر اللّه .

فاحذر الغفلة عن ذكر اللّه فإنها أصل كل بلية، وجالبة كل رزية)[٤٤] . وعلى عكس حال هذا يأتي حال ذاكر اللّه فإنه بحفظ اللّه محفوظ لا يأتيه الشيطان ولا يقربه فهو في صحة نفسية واستقامة خلقية وما ينتظر في الآخرة أعظم وأجزل .

(ذاكر اللّه لا يستطيع الشيطان في ذكره مقيلاً. ذاكر اللّه لا يجد الشيطان إلى إغوائه سبيلاً. ذاكر اللّه لا يزال شيطانه مدحوراً ذليلاً. ذاكر اللّه قد تكفل اللّه بحفظه، وكيف يضيع من كان اللّه بحفظه كفيلاً)[٤٥] .

والمصائب إذا جاءت فعلى العبد التوجه إلى اللّه جل وعلا فهو وحده القادر على نصر المخلوق وكشف الكرب دون سواه. فإذا أصيب العبد باختلال في صحته فعليه بالالتجاء إلى اللّه فهو نعم المولى ونعم النصير، يقول ابن الجوزي:

(واعلم أنه كأن لم تكن شدة إذا كان بعدها فرج، وما أطيب حلاوة التوسعة إذ يشتد الحرج، ولا تعرج في شدائدك على غير باب اللّه فما على غير باب اللّه منفرج، ولا تستغث بسوى العزيز الرحيم عند إحاطة

الكرب العظيم، فهو المنجي من الهلاك والمنقذ من اللجج ... أيها العبد المخلوق في كبد، استعن بالله وعليه استند، فنعم العون ونعم المستند، ولا تعتمد على أحد سواه، فما في الوجود إلاّ أياه، من عليه يعتمد .

واصمد في حوائجك إليه، فهو الله الصمد، كم فرج من كرب، وكم ثقف من واد، وكم نظر إلى ذي شقوة فأسعده إلى الأبد)(٤٦) .

كما أن العدل والالتجاء إلى الله يجب أن يكون سمة لكل إنسان سواء حاكم أو محكوم، لأن الظلم مصيبة كبيرة، والعدل فلاح في الدنيا والآخرة.

يقول ابن الجوزي :

(لا تنال الراحة بالراحة، ألا ترى أن الربح في ركوب البحر وفيه خطر، ومرتبة الفتوى غاية العلم وفيها خطر ؛ وكذلك السلطنة ؛ فإذا سلم التاجر في البحر، والمفتي من الزلل، والسلطان من الحيف، لم يزاحم في فضيلته... وليعلم السلطان، أن زينة ملكه وبهجته، الخوف من الله تعالى والتواضع) (٤٧) .

علاج المصائب التي تمر بالإنسان تحتاج إلى قوة إيمان وتسليم بالقضاء والقدر وفعل للأسباب. ويذكر ابن الجوزي أدوية لعلاج المصائب وصلت إلى١٧ دواء نورد اختصارها فيما يأتي :

- (أحدها : أن يعلم أن القدر قد سبق بذلك. قال الله: ﴿ **مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الأَرْضِ وَلا فِي أَنفُسِكُمْ إِلاَّ فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا** ﴾ [**الحديد** :٢٢] ثم قال سبحانه : ﴿ **لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ** ﴾ [**الحديد** : ٢٣] والمعنى: أن المصائب مقدرة لأنها وقعت على وجه الاتفاق ... صادرة عن تدبير حكيم لا يعبث - فهي : إما لزجر عن فساد أو لتحصيل أجر .. أو لعقوبة على ذنب - وقع التسلي بذلك .

- الثاني : العلم بأن الدنيا دار ابتلاء والكرب لا يوجد منه راحة ...
- والثالث : العلم بأن الجزع مصيبة ثانية .
- والرابع : أن يقدر وجود ما هو أكبر من تلك المصيبة كمن له ولدان ذهب أحدهما .
- الخامس : النظر في حال من ابتلي بمثل هذا البلاء .. فإن التأسي راحة عظيمة ...
- السادس : النظر في حال من ابتلي بأكثر من هذا البلاء فيهون هذا.
- السابع : رجاء الخلف كالولد والزوجة.
- الثامن : طلب الأجر بحمل أعباء الصبر .. فلينظر في فضائل الصبر وثواب الصابرين وسيرهم في صبرهم .. وأن يرقى إلى مقامي الرضى فهو الغاية ...
- التاسع: أن يعلم أنه كيف جرى القضاء فهو خير له .. روي عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال : «**عجباً لأمر المؤمن. إن أمره كل خير. وليس ذاك لأحد إلاّ للمؤمن. إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له**» انفرد بإخراجه مسلم.
- العاشر: أن تشديد البلاء يختص بالأخيار روى أبو سعيد عن أبيه قال: قلت يا رسول اللّه أي الناس أشد بلاء قال : «**الأنبياء ثم الصالحون ثم الأمثل فالأمثل من الناس، يبتلى الرجل على حسب دينه فإن كان في دينه صلابة زيد في بلائه، وإن كان في دينه رقة خفف عنه وما يزال البلاء بالعبد حتى يمشي على الأرض وليس عليه خطيئة**». قالت عائشة : ما رأيت الوجع على أحد أشد منه على رسول اللّه صلى الله عليه وسلم .

- الحادي عشر : أن يعلم أنه مملوك وليس له في نفسه شيء ...

- الثاني عشر : أن يذكر عظمة المُبتلي وعز القائل ثم يقدر أنه لا يملك نفسه فيقول : يا نفسي أنسيت أن اللّه اشتراك ؟ ! فإن كنت رضيت البيع فمالك فيه شيء ؟!!

- الثالث عشر : أن يعلم أن هذا الواقع وقع برضا المالك وإرادته فيجب أن يقع الرضا بما رضي به المالك .

- الرابع عشر : أن يعاتب نفسه إذا جزعت فيقول لها : أما علمت : أن هذا لا بد منه فما وجه الجزع مما لا بد منه ؟ ...

- الخامس عشر : أن يقول لنفسه إنما هي ساعة ثم كأن لم يكن ما كان.. وليتذكر أمراضاً جرت عليه .. فبالغت في ألمه ثم ذهبت كأن لم يكن وإنما الاعتبار بالعواقب ومن تأمل العاقبة هان عليه البلاء...

- السادس عشر : أن يتخايل الانتقال إلى نعيم الجنة الذي لا انقطاع له فما قدر تلك اللحظة. بل ما قدر جميع عمر الدنيا بالإضافة إلى البقاء السرمدي وبين هذا بأن لو قدرنا أن اللّه كبس السماوات والأرض وما بينهما بخردل ثم خلق طائراً واحداً وأمره أن ينقل كل ألف ألف عام خردلة تصور نفاذ ذلك. وبقاء أهل الجنة لا نفاد له...

- السابع عشر : أن تحتقر ما يبذل من الصبر بالإضافة إلى عظمة الحق فيكون كمحتقر هدية إلى ملك كبير)[٤٨] .

هذا ماتيسر تقديمه من نتاج ابن الجوزي مع كثرة إنتاجه وسعة علمه .

المبحث الثاني - ابن تيمية

أولاً - ترجمته :

شيخ الإسلام ابن تيمية علم في رأسه نار . وقد طبقت شهرته كثير من البلدان حتى وصلت إلى المراكز العلمية والجامعات في العالم الغربي المعاصر .

وكما فعلنا مع ابن الجوزي، فسوف نعتمد في تقديم ترجمة مختصرة لابن تيمية على إحدى الرسائل العلمية وهي بعنوان الفكر التربوي عند ابن تيمية للدكتور ماجد عرسان الكيلاني .

هو تقي الدين أحمد بن عبدالحليم بن عبدالسلام بن عبداللّه بن أبي القاسم الخضر النميري الحراني الدمشقي الحنبلي، أبو العباس بن تيمية. ولد في مدينة حران عام ٦٦١هـ. ينحدر من عائلة علم، واشتهر منها عالمان هما عمه فخرالدين بن تيمية المتوفى عام ٦٢٢هـ وجده لوالده مجد الدين بن تيمية المتوفى عام ٦٥٣هـ .

غادر ابن تيمية مع والديه وأخوته مدينة حران عام ٦٦٧هـ هرباً من الهجمات المغولية، واستقرت الأسرة في مدينة دمشق، حيث تسلم والده مشيخة المدرسة السكرية، وفيها بدأ الطفل ابن تيمية دراسته واشتهر بقوة حفظه وذكائه . فقد حفظ القرآن الكريم والحديث وسمع مسند الإمام أحمد بن حنبل عدة مرات، ثم أخذ يتنقل بين مختلف شيوخ الحديث حتى روي أنه جلس إلى حوالي مائتين من حفاظ الحديث.

وقد أحاط بعلوم اللغة والفقه والتفسير، وتخصص في الفقه الحنبلي حيث أحاط بدقائق هذا المذهب وبأخبار الإمام أحمد وفقهه، وكذلك بكتابات أعلام المذهب . ولم يكتف بذلك بل درس المذاهب والفرق الأخرى وأحاط بعلومها كما يتبين ذلك بوضوح من تصانيفه وآثاره .

بدأ ابن تيمية عمله في التدريس عام ٦٨٣هـ بدار الحديث السكرية بدمشق نيابة عن والده وهو في سن ٢٢ سنة . وفي نفس العام درس في المسجد الأموي . وفي عام ٦٩٥هـ تولى التدريس بالمدرسة الحنبلية أقدم مدارس الحنابلة بدمشق وذلك على أثر وفاة الشيخ زين الدين بن المنجا عالم الحنابلة وشيخهم في وقته .

كما تسلم ابن تيمية منصب التدريس في أكبر مدرسة حنبلية في القاهرة لثلاث سنوات خلال الأعوام ٧٠٩ - ٧١٢ هـ ثم عاد إلى دمشق ليعمل في التدريس بقية حياته فيها .

وكان ابن تيمية إضافة إلى تدريسه في المدارس والمساجد يعقد حلقات العلم في بيته ويراسل تلاميذه وغيرهم يجيب عن استفساراتهم وأسئلتهم في مختلف فروع المعرفة .

وقد تميز ابن تيمية بصدور أفكاره وثقافته عن مؤهلات متميزة تجاوز بها حدود الانتماء المذهبي إلى دائرة الانتماء الإسلامي الواسع الذي يضم في دائرته الأئمة والمدارس الفكرية، وارتقى إلى مرتبة الاجتهاد والاعتماد المباشر على القرآن الكريم والسنة النبوية وآثار السلف الصالح.

وقد عاصر ابن تيمية جو من الاختلال والاضطراب السياسي والاجتماعي والثقافي حيث هجمات المغول والحروب الصليبية، وسيطرة الفرق المنحرفة على عقول الحكام في بلاد الشام ومصر حيث كان حكم المماليك غير المستقر، وقد شاعت الانحرافات العقدية والخرافات في نفوس عامة الناس، وكثرت البدع وانتشر التعصب للمذهب الذي أدى إلى الخلافات والنزاعات في المجتمع المسلم، وانتشرت الصوفية المنحرفة وغيرها من الطرق المخالفة لما جاء في الكتاب والسنة . كل هذه المصائب أثرت على ابن تيمية وعلى تفكيره وإنتاجه العلمي ونشاطاته ودعوته

الإصلاحية، حيث ركز على بناء تصور سليم للحكم الإسلامي وإقامة حكومة إسلامية قوية وبعث روح الجهاد لمقاومة الأخطار الخارجية، وكل ذلك قائم على أصول الكتاب والسنة . كما كان من منهج ابن تيمية التصدي لانحرافات الفرق المختلفة من صوفية وباطنية وفلاسفة وأهل الكلام وغيرهم، حيث بين انحرافاتهم عن الاستقامة وحذر من السير على سبلهم، وحاور كثيراً من زعمائهم وعلمائهم ودحض حججهم وكشف ستر انحرافهم عن الطريق المستقيم .

وقد لقي في سبيل دعوته الإصلاحية المشاق والعذاب حيث أدخل السجن ست مرات على فترات متقطعة بلغ مجموعها ست سنوات في الفترة الواقعة بين عامي ٦٩٣ - ٧٢٨ هـ. وآخر مرة سجن فيها كان في ١٦ شعبان عام ٧٢٦هـ وذلك بسبب مهاجمة ابن تيمية في فترة سابقة (٧١٠هـ) زيارة أضرحة الأنبياء والأولياء. وقد توفي رحمه اللّه في سجنه في ٢٠ شوال عام ٧٢٨هـ رحمه اللّه رحمة واسعة وأدخله فسيح جناته [٤٩].

ثانياً - بعض آرائه :

نقدم فيما يلي بعض آرائه مما له علاقة بموضوع دراستنا :

الإيمان سعادة :

يركز شيخ الإسلام ابن تيمية في كثير من مؤلفاته على الإيمان وأنه أصل السعادة والفلاح في الدنيا والآخرة، وأن أهل الإيمان الصحيح هم أهل السعادة الحقيقية، لأن مقر السعادة هو القلب، ولا يمكن أن يكون القلب سعيداً إلاّ إذا امتلأ بالإيمان المشتمل على أركانه الستة، وربط ذلك الإيمان بالعمل الصالح الذي هو جزء لا يتجزأ من الإيمان، فمن آمن ولم يعمل فلا صدق لإيمانه بل عدم العمل دليل على الانحراف عن الطريق الصحيح الذي ورد في كتاب اللّه وسنة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم وسلف الأمة الصالح.

يقول رحمه الله تعالى :

(وبمجموع هذين الوصفين علق السعادة فقال : ﴿ بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِندَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ [البقرة : ١١٢] كما علقه بالإيمان باليوم الآخر والعمل الصالح في قوله : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالنَّصَارَىٰ وَالصَّابِئِينَ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ [البقرة: ٦٢] والإيمان المقرون بالعمل الصالح متلازمان، فإن الوعد على الوصفين وعد واحد وهو الثواب وانتفاء العقاب) [٥٠] .

وأصل الإيمان هو الإيمان باللّه وحبه تعالى دون سواه، فهي سعادة القلب الحقيقية . يقول ابن تيمية :

(القلب فقير بالذات إلى اللّه من وجهين : من جهة العبادة، وهي العلة الغائية، ومن جهة الاستعانة والتوكل ؛ وهي العلة الفاعلة . فالقلب لا يصلح ولا يفلح ولا ينعم ولا يسر ولا يلتذ ولا يطيب ولا يسكن ولا يطمئن إلاّ بعبادة ربه وحبه والإنابة، ولو حصل له كل مايلتذ به من المخلوقات، لم يطمئن، ولم يسكن إذ فيه فقر ذاتي إلى ربه، من حيث هو معبوده ومحبوبه ومطلوبه، وبذلك يحصل له الفرح والسرور واللذة والنعمة والسكون والطمأنينة)[٥١] .

والإيمان إذا خالط القلب أكسبه سعادة وسرورًا وبهجة يقول ابن تيمية:

(فالإيمان إذا باشر القلب وخالطته بشاشته لا يسخطه القلب، بل يحبه ويرضاه، فإن له من الحلاوة في القلب واللذة والسرور والبهجة ما لا يمكن التعبير عنه لمن لم يذقه، والناس متفاوتون في ذوقه والفرح والسرور الذي في القلب له من البشاشة ما هو بحسبه، وإذا خالطت القلب لم يسخطه،

قال تعالى: ﴿ قُلْ بفضل الله وبرحمته فبذلك فليفرحوا هو خير مما يجمعون ﴾ [يونس: ٥٨] وقال تعالى: ﴿ والذين آتيناهم الكتاب يفرحون بما أنزل إليك ومن الأحزاب من ينكر بعضه ﴾ [الرعد: ٣٦] وقال تعالى: ﴿ وإذا ما أنزلت سورة فمنهم من يقول أيكم زادته هذه إيمانا فأما الذين آمنوا فزادتهم إيمانا وهم يستبشرون ﴾ [التوبة: ١٢٤] فأخبر سبحانه أنهم يستبشرون بما أنزل من القرآن، والاستبشار هو الفرح والسرور، وذلك لما يجدونه في قلوبهم من الحلاوة واللذة والبهجة بما أنزل اللّه) [٥٢] .

والإيمان يزيد بالطاعة مما يجلب له السكينة والطمأنينة، يقول ابن تيمية :

(قال تعالى : ﴿ هو الذي أنزل السكينة في قلوب المؤمنين ليزدادوا إيمانا مع إيمانهم ﴾ [الفتح : ٤] وهذه نزلت لما رجع النبي صلى الله عليه وسلم وأصحابه من الحديبية ؛ فجعل السكينة موجبة لزيادة الإيمان .

والسكينة طمأنينة في القلب غير علم القلب وتصديقه، ولهذا قال يوم حنين ﴿ ثم أنزل الله سكينته على رسوله وعلى المؤمنين وأنزل جنودا لم تروها ﴾ [التوبة: ٢٦] ... فلما أنزل السكينة في قلوبهم، مرجعهم من الحديبية، ليزدادوا إيماناً مع إيمانهم، دل على أن الإيمان المزيد، حال للقلب وصفة له، وعمل مثل طمأنينته وسكونه ويقينه)[٥٣] .

ويقول ابن تيمية حول التوحيد إذا وقر في القلب بصدق وإخلاص فإن من أهم آثاره طمأنينة القلب وشعوره بالأمن والسعادة .

(والعبد إذا أنعم اللّه عليه بالتوحيد فشهد أن لا إله إلاّ اللّه مخلصاً من قلبه ... حلاه اللّه بالأمن والسرور والحبور والرحمة للخلق والجهاد في سبيل اللّه فهو يجاهد ويرحم، له الصبر والرحمة قال اللّه تعالى: ﴿ وتواصوا بالصبر وتواصوا بالمرحمة ﴾ [البلد: ١٧] وكلما قوى التوحيد في قلب العبد قوى إيمانه وطمأنينته وتوكله ويقينه) [٥٤] .

ومن أهم ركائز الإيمان ركيزة الإيمان بالرسل، والإنسان الذي يريد السعادة في الدنيا والآخرة عليه باتباع سيد الأنبياء والمرسلين محمد صلى الله عليه وسلم، لأنه ما ترك خيراً في الدنيا والآخرة إلاّ ودل الأمة عليه ولا شرا إلاّ حذرها منه، فالسعداء هم بلا شك أتباع الرسل . ويؤكد ابن تيمية ذلك بقوله : (إذا كانت (سعادة الدنيا والآخرة) هي باتباع المرسلين، فمن المعلوم أن أحق الناس بذلك هم أعلمهم بآثار المرسلين وأتبعهم لذلك، فالعالمون بأقوالهم وأفعالهم، المتبعون لها هم أهل السعادة في كل زمان ومكان ... والرسل - صلوات اللّه وسلامه عليهم - عليهم البلاغ المبين، وقد بلغوا البلاغ المبين، وخاتم الرسل محمد صلى الله عليه وسلم أنزل اللّه كتابه مصدقاً لما بين يديه من الكتاب ومهيمناً عليه، فهو الأمين على جميع الكتب وقد بلغ أبين بلاغ وأتمه وأكمله، وكان أنصح الخلق لعباد اللّه، وكان بالمؤمنين رؤوفاً رحيماً، بلغ الرسالة وأدى الأمانة، وجاهد في اللّه حق جهاده، وعبدالله حتى أتاه اليقين . فأسعد الخلق، وأعظمهم نعيماً وأعلاهم درجة، أعظمهم اتباعاً وموفقاً له علماً وعملاً)[٥٥] .

والإيمان الوافر بصدق في القلب يقي صاحبه من الشهوات والشبهات التي تنغص عليه حياته وتسلبه السعادة التي يبحث عنها، ولا علاج لتلك الشهوات والشبهات المنحرفة إلاّ بضدها وهو تقوية الإيمان وزيادته في نفس المؤمن . يقول ابن تيمية :

(وكذلك ما في القلب من الإيمان وعبادة اللّه عزوجل [يحفظ] بأشباهه بما يقوي الإيمان والعبادة، وإذا حصل في القلب مرض من الشبهات والشهوات أزيل ذلك بضده، ولا يحصل المرض إلاّ لنقص أسباب الصحة، كذلك القلب لا يمرض بالشهوات والشبهات إلاّ لنقص إيمانه)[٥٦] .

والسعادة الحقيقية تقوم على مجموعة من الأصول التي لا بد من معرفتها وأهمها أصليين هما البقاء على فطرة التوحيد والثاني هداية اللَّه لتلك الفطرة لتصل بالعلم الذي تأخذه من الرسل - عليهم أفضل الصلاة والسلام - إلى السعادة في الدنيا والآخرة .

يقول ابن تيمية : (والله قد تفضل على بني آدم بأمرين هما أصل السعادة، أحدهما : أن كل مولود يولد على الفطرة، كما في الصحيحين عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال : « **كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه، أو ينصرانه، أو يمجسانه . كما تنتج البهيمة بهيمة جمعاء هل تحسون فيها من جدعاء**» ثم يقول أبو هريرة : اقرأوا إن شئتم ﴿ **فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا** ﴾ [الروم: ٣٠]، وقال تعالى : ﴿ **فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ** ﴾ [الروم: ٣٠].

... فالنفس بفطرتها إذا تركت كانت مقرة لله بالإلهية، محبة، تعبده، لا تشرك به شيئاً . ولكن يفسدها ما يزين لها شياطين الأنس والجن بما يوصي بعضهم إلى بعض من الباطل . قال تعالى : ﴿ **وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِن بَنِي آدَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ (١٧٢) أَوْ تَقُولُوا إِنَّمَا أَشْرَكَ آبَاؤُنَا مِن قَبْلُ وَكُنَّا ذُرِّيَّةً مِّنْ بَعْدِهِمْ أَفَتُهْلِكُنَا بِمَا فَعَلَ الْمُبْطِلُونَ** ﴾ [الأعراف: ١٧٢، ١٧٣] ... والثاني: أن اللَّه تعالى قد هدى الناس هداية عامة بما جعل فيهم بالفطرة من المعرفة وأسباب العلم، وبما أنزل إليهم من الكتب، وأرسل إليهم من الرسل . قال تعالى: ﴿ **اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ (١) خَلَقَ الإِنسَانَ مِنْ عَلَقٍ (٢) اقْرَأْ وَرَبُّكَ الأَكْرَمُ (٣) الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ (٤) عَلَّمَ الإِنسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ** ﴾ [العلق: ١ - ٥]

وقال تعالى : ﴿ الرَّحْمَنُ ۝ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ۝ خَلَقَ الإِنسَانَ ۝ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ﴾ [الرحمن: ١ - ٤] وقال تعالى : ﴿ سَبِّحِ اسْمَ رَبِّكَ الأَعْلَى ۝ الَّذِي خَلَقَ فَسَوَّىٰ ۝ وَالَّذِي قَدَّرَ فَهَدَىٰ ﴾ [الأعلى: ١ - ٣] وقال تعالى: ﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾ [البلد: ١٠].

ففي كل أحد ما يقتضي معرفته بالحق ومحبته له. وقد هداه ربه إلى أنواع من العلم، ويمكنه أن يتوصل بها إلى سعادة الأولى والآخرة، وجعل في فطرته محبة لذلك. لكن قد يعرض الإنسان بجاهليته وغفلته عن طلب ما ينفعه. وكونه لا يطلب ذلك، ولا يريده: أمر عدمي، ولا يضاف إلى اللّه تعالى. فلا يضاف إلى اللّه: لا عدم علمه بالحق، ولا عدم إرادته للخير)(٥٧).

الأعمال الصالحة والصحة النفسية :

من أسباب الصحة النفسية للإنسان المسلم التزام الأعمال الصالحة باختلاف أنواعها الاعتقادية والقولية والعملية . وكلما ازداد المسلم من الأعمال الصالحة على هدى من الكتاب والسنة كلما كان أقرب وأعلى في مستوى صحته النفسية . وقد تناول ابن تيمية هذا الموضوع في مواضع متفرقة من مؤلفاتها سنذكر فيما يلي ما تيسر جمعه .

الصلاة هي عمود الدين وأهم الأعمال الصالحة للمسلم في الحياة الدنيا من قام بها كما يجب فقد أفلح وغيرها من الأعمال تبع لها، ومن ضيعها فهو لما سواها من الأعمال أضيع، لا يحافظ عليها في أوقاتها إلاّ المؤمن السعيد، ولا يتركها إلاّ منافق شقي . ومن أراد الصحة والسعادة في الدنيا فعليه بالصلاة فهي ملجأ المؤمن كما كان يفعل رسول اللّه صلى الله عليه وسلم حيث كانت قرة عينه وراحة قلبه . يقول ابن تيمية :(في الصحيح عن ابن مسعود عن النبي صلى الله عليه وسلم: أنه سئل : أي الأعمال أفضل ؟ قال :«**الصلاة على مواقيتها** » وفي الحديث عن

النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال : « **أول ما يحاسب عليه العبد من عمله صلاته**» . وآخر شيء وصى به النبي صلى الله عليه وسلم أمته الصلاة . وكان يقول : «**جعلت قرة عينى في الصلاة** » وكان يقول : « **أرحنا يا بلال بالصلاة** » ولم يقل أرحنا منها . فمن لم يجد قرة عينه وراحة قلبه في الصلاة، فهو منقوص الإيمان، قال اللّه تعالى: ﴿ وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلاَّ عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴾ [البقرة: ٤٥] (٥٨) .

الزكاة والصدقة من أهم الأعمال الصالحة التي تجلب للنفس السعادة وتبعد عنها البخل والشح، وتزرع المحبة في نفوس الفقراء للأغنياء الذين يؤدون ما في أموالهم من حقوق واجبة ومستحبة فتكون آثار ذلك لمصلحة الغني بتطهير ماله وتزكية نفسه، وللفقير بانتفاعه وسد حاجته، وللمجتمع بترابط أفراده وانتشار المحبة بينهم .

قال ابن تيمية: (وجمع المال، إذا قام بالواجبات فيه ولم يكتسبه من الحرام، لا يعاقب عليه، لكن إخراج فضول المال والاقتصار على الكفاية أفضل وأسلم، وأفرغ للقلب، وأجمع للهم، وأنفع في الدنيا والآخرة . وقال النبي صلى الله عليه وسلم : « **من أصبح والدنيا أكبر همه شتت اللّه عليه شمله، وجعل فقره بين عينيه، ولم يأته من الدنيا إلاّ ما كتب له، ومن أصبح والآخرة أكبر همه جعل اللّه غناه في قلبه، وجمع عليه ضيعته وأتته الدنيا وهي راغمة**» (٥٩) .

ومن الأعمال الصالحة سماع آيات اللّه جل وعلا وتدبر معانيها وتطبيق ما ورد فيها من أحكام وأوامر ونواهي . ففي تلاوة القرآن الكريم طمأنينة للقلب كما قال اللّه تعالى : ﴿ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾ [الرعد: ٢٨] . وهذا حال الأنبياء والصالحين منذ قديم الزمان ن وهو حال السلف

الصالح من هذه الأمة . ولسماع القرآن الكريم آثار إيجابية على المستمع من زيادة الإيمان وحصول الهداية والسلامة من الضلال والشقاء. يقول ابن تيمية :

(السماع الذي شرعه اللّه تعالى لعباده، وكان سلف الأمة من الصحابة والتابعين، وتابعيهم يجتمعون عليه لصلاح قلوبهم، وزكاة نفوسهم – فهو سماع آيات اللّه تعالى . وهو سماع النبيين والمؤمنين، وأهل العلم، وأهل المعرفة .

قال اللّه تعالى لما ذكر من ذكره من الأنبياء في قوله: ﴿ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِم مِّنَ النَّبِيِّينَ مِن ذُرِّيَّةِ آدَمَ وَمِمَّنْ حَمَلْنَا مَعَ نُوحٍ وَمِن ذُرِّيَّةِ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْرَائِيلَ وَمِمَّنْ هَدَيْنَا وَاجْتَبَيْنَا إِذَا تُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ آيَاتُ الرَّحْمَٰنِ خَرُّوا سُجَّدًا وَبُكِيًّا ﴾ [مريم: ٥٨] وقال: ﴿ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴾ [الأنفال: ٢] ... وبهذا السماع أمر اللّه تعالى، كما قال تعالى : ﴿ وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴾ [الأعراف: ٢٠٤] وعلى أهله أثنى كما في قوله تعالى: ﴿ فَبَشِّرْ عِبَادِ ﴿١٧﴾ الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ ﴾ [الزمر: ١٧، ١٨] ... وكما أثنى على هذا السماع، ذم المعرضين عن هذا السماع، فقال تعالى : ﴿ وَإِذَا تُتْلَىٰ عَلَيْهِ آيَاتُنَا وَلَّىٰ مُسْتَكْبِرًا كَأَن لَّمْ يَسْمَعْهَا كَأَنَّ فِي أُذُنَيْهِ وَقْرًا ﴾ [لقمان: ٧] و قال تعالى : ﴿ وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَا تَسْمَعُوا لِهَٰذَا الْقُرْآنِ وَالْغَوْا فِيهِ لَعَلَّكُمْ تَغْلِبُونَ ﴾ [فصلت: ٢٦] ... وعلى هذا السماع كان أصحاب رسول اللّه صلى الله عليه وسلم يجتمعون، وكانوا إذا اجتمعوا أمروا واحداً منهم أن يقرأ والباقون يستمعون ... وقد أخبر أن المعتصم بهذا السماع مهتد مفلح، والمعرض عنه ضال شقي، قال تعالى : ﴿ فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُم مِّنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَىٰ ﴿١٢٣﴾ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَىٰ

﴿١٢٤﴾ قَالَ رَبِّ لِمَ حَشَرْتَنِي أَعْمَىٰ وَقَدْ كُنتُ بَصِيرًا ﴿١٢٥﴾ قَالَ كَذَٰلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيتَهَا وَكَذَٰلِكَ الْيَوْمَ تُنسَىٰ ﴿١٢٦﴾﴾ [طه : ١٢٣ - ١٢٦] وقال تعالى :﴿ وَمَن يَعْشُ عَن ذِكْرِ الرَّحْمَٰنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ﴾ [الزخرف : ٣٦] ... وهذا (السماع) له آثار إيمانية من المعارف القدسية، والأحوال الزكية، يطول شرحها ووصفها، وله في الجسد آثار محمودة من خشوع القلب، ودموع العين، واقشعرار الجلد، وهذا مذكور في القرآن . وهذه الصفات موجودة في الصحابة)[٦٠] .

ومن الأعمال الصالحة التي تجلب الصحة النفسية للمسلم الشكر والاستغفار، فلاشك أنهما من الأعمال التي تقابل بها النعم ويستعان بها على دفع آثار المعاصي . فالمسلم ما بين شكر نعمة حصلت له، أو الاستغفار عن ذنب جلب له شرا كان هو السبب فيه، يقول ابن تيمية :

(فإذا تدبر العبد علم أن ما هو فيه من الحسنات من فضل اللّه، فشكر اللّه فزاده اللّه من فضله عملاً صالحاً، ونعماً يفيضها عليه، وإذا علم أن الشر لا يحصل له إلاّ من نفسه بذنوبه، استغفر وتاب، فزال عنه سبب الشر، فيكون العبد دائماً شاكراً مستغفراً فلا يزال الخير يتضاعف له، والشر يندفع عنه ... والمذنب إذا استغفر ربه من ذنبه فقد تأسى بالسعداء من الأنبياء والمؤمنين كآدم وغيره، وإذا أصر واحتج بالقدر، فقد تأسى بالأشقياء، كإبليس ومن اتبعه من الغاوين)[٦١] .

والأعمال الصالحة هي التي تسير بالعبد على الصراط المستقيم بما فيها من أعمال ظاهرة في السلوك وباطنه في القلب وما بينهما من ترابط وثيق بحيث يظهر ما في الباطن من قوة إيمان على سلوك الإنسان وكل حركاته تكون باللّه ولله، ثم تعود آثار الأعمال الظاهرة على زيادة إيمان الباطن، فتحصل السعادة للمؤمن نتيجة التكامل الذي يعيشه . يقول ابن تيمية:

(إن الصراط المستقيم: هو أمور: باطنة في القلب: من اعتقادات، وإرادات وغير ذلك، وأمور ظاهرة: من أقوال، وأفعال، قد تكون عبادات، وقد تكون أيضاً عادات: في الطعام، واللباس، والنكاح، والمسكن، والاجتماع، والافتراق، والسفر، والإقامة، والركوب، وغير ذلك .

وهذه الأمور الباطنة والظاهرة : بينهما - ولا بد - ارتباط ومناسبة. فإن ما يقوم بالقلب من الشعور والحال : يوجب أموراً ظاهرة، وما يقوم بالظاهر من سائر الأعمال: يوجب للقلب شعوراً وأحوالاً) (٦٢) .

ومن الأعمال الصالحة لزوم سنة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم، ففي ذلك السعادة والفلاح في الدنيا والآخرة، وعلى العكس من ذلك اتباع طرق الابتداع فهي شقاء وضلال . يقول ابن تيمية :

(وإن لزوم السنة هو يحفظ من شر النفس والشيطان بدون الطرق المبتدعة . فإن أصحابها لا بد أن يقعوا في الآصار والأغلال . وإن كانوا متأولين، فلا بد لهم من اتباع الهوى، ولهذا سمي أصحاب البدع أصحاب الأهواء، فإن طريق السنة علم وعدل وهدى، وفي البدعة جهل وظلم، وفيها اتباع الظن وما تهوى الأنفس)(٦٣) .

ومن الأعمال الصالحة التي تجلب السعادة والطمأنينة الذلة لله وتجنب الظلم الذي يجلب الذل للنفس. قال ابن تيمية:

(ومن أذل نفسه لله فقد أعزها، ومن بذل الحق من نفسه فقد أكرم نفسه، فإن أكرم الخلق عند اللّه أتقاهم، ومن اعتز بالظلم، ومن منع الحق، وفعل الأثم، فقد أذل نفسه وأهانها قال اللّه تعالى : من كان يريد العزة فلله العزة جميعاً) (٦٤) .

ومن الأعمال الصالحة الخشوع الذي هو صفة المؤمن الحق الذي يتمتع بالسعادة في الحياة الدنيا ويرجوها من اللّه في الآخرة . قال ابن تيمية :

(والخشوع يتضمن معنيين : (أحدهما) التواضع والذل، (والثاني) السكون والطمأنينة وذلك مستلزم للين القلب المنافي للقسوة، فخشوع القلب عبودية لله وطمأنينة أيضاً) [٦٥] .

ومن الأعمال الصالحة حب الحسنات وبغض السيئات وهذا من أعمال قلب المؤمن التي يتميز بها عن المنافق والكافر فتكون هذه من دلائل صحته النفسية الصادرة عن الإيمان الصحيح يقول ابن تيمية :

(فالمؤمن لابد أن يحب الحسنات ولا بد أن يبغض السيئات ولا بد أن يسره فعل الحسنة ويسوءه فعل السيئة، ومتى قدر أنه في بعض الأمور ليس كذلك كان ناقص الإيمان) [٦٦] .

ومن الأعمال الصالحة الحب في اللّٰه والبغض في اللّٰه، وهو من موجبات الإيمان للإنسان المسلم في هذه الحياة الدنيا ومن علامات سعادته. قال ابن تيمية :

(جنس القوة الشهوية الحب، وجنس القوة الغضبية البغض، والغضب والبغض متفقان في الاشتقاق الأكبر، ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم: « **أوثق عُرَى الإيمان الحب في اللّٰه والبغض في اللّٰه** » فإن هاتين القوتين هما الأصل . وقال :« **من أحب لله، وأبغض لله، وأعطى لله ومنع لله، فقد استكمل الإيمان**) .

فالحب، والبغض هما الأصل والعطاء عن الحب وهو السخاء، والمنع عن البغض وهو الشجاعة) [٦٧] .

الصبر من أفضل الأعمال الصالحة التي تجلب للمؤمن الصحة النفسية وتبعده عن الوقوع في مظاهر انحراف الصحة النفسية . وقد تكرر التأكيد عليه في مواضع كثيرة في القرآن الكريم وسنة رسول اللّٰه صلى الله عليه وسلم، يقول ابن تيمية :

(في الحديث الصحيح عن أبي سعيد الخدري عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال : « **من يستعفف يعفه اللَّه، ومن يستغن يغنه اللَّه ومن يتصبر يصبره اللَّه، وما أعطي أحد عطاء خيراً وأوسع من الصبر**»).

(فالمستغني) لا يستشرف بقلبه. و (المستعف) هو الذي لا يسأل الناس بلسانه. و (المتصبر) هو الذي لا يتكلف الصبر. فأخبر أنه من يتصبر يصبره اللَّه . وهذا كأنه في سياق الصبر على الفاقة، بأن يصبر على مرارة الحاجة، ولا يجزع مما ابتلي به من الفقر، وهو الصبر في البأساء والضراء . قال تعالى : ﴿ **وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ** ﴾ [**البقرة**: ١٧٧] .

و (الضراء) المرض . وهو الصبر على ما ابتلي به من حاجة ومرض وخوف) [٦٨] .

ومن الأعمال الصالحة كشف الضر باللجوء إلى اللَّه والاستغفار بحيث يكشف اللَّه عن عبده ما وقع عليه . قال ابن تيمية :

(الضر لا يكشفه إلاّ اللَّه كما قال تعالى : ﴿ **وَإِن يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلا كَاشِفَ لَهُ إِلاَّ هُوَ وَإِن يُرِدْكَ بِخَيْرٍ فَلا رَادَّ لِفَضْلِهِ** ﴾ [**يونس**: ١٠٧] والذنوب سبب للضر، والاستغفار يزيل أسبابه كما قال تعالى :﴿ **وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُعَذِّبَهُمْ وَأَنتَ فِيهِمْ وَمَا كَانَ اللَّهُ مُعَذِّبَهُمْ وَهُمْ يَسْتَغْفِرُونَ** ﴾ [**الأنفال**: ٣٣] . فأخبر اللَّه سبحانه أنه لا يعذب مستغفراً) [٦٩] .

ومن الأعمال الصالحة اليقين عند المصائب لأنها من قدر اللَّه على الإنسان في هذه الحياة الدنيا، فلا يجزع القلب ولا يسخط بل يرضى ويحتسب فيسعد في الدنيا والآخرة . يقول ابن تيمية :

(فاليقين عند المصائب بعد العلم بأن اللَّه قدرها سكينة القلب وطمأنينته وتسليمه، وهذا من تمام الإيمان بالقدر خيره وشره، كما قال

تعالى: ﴿ مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ إِلاَّ بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَن يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ ﴾ [التغابن: ١١] قال علقمة: ويروى عن ابن مسعود: هو الرجل تصيبه المصيبة فيعلم أنها من عند اللَّه فيرضى ويسلم، وقوله تعالى: ﴿ يَهْدِ قَلْبَهُ ﴾ [التغابن: ١١] هداه لقلبه هو زيادة في إيمانه) [٧٠].

وقال في موضع آخر:

(ما يصيب الإنسان، إن كان يسره: فهو نعمة بينة. وإن كان يسوؤه: فهو نعمة من جهة أنه يكفر خطاياه. ويثاب بالصبر عليه، ومن جهة أن فيه حكمة ورحمة لا يعلمها ﴿ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لا تَعْلَمُونَ ﴾ [البقرة: ٢١٦].

وقد قال في الحديث: « **والله لا يقضي اللَّه للمؤمن قضاء إلاّ كان خيراً له. إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر، فكان خيراً له** » وإذا كان هذا وهذا: فكلاهما من نعم اللَّه عليه) [٧١].

والسعادة والشقاوة مدارهما على الأعمال، فأصحاب الأعمال الصالحة هم أهل السعادة، وأصحاب الأعمال السيئة هم أهل الشقاوة. وهذا وإن كان مكتوباً على الإنسان، لكن هذا من علم اللَّه وليس من علم الإنسان، وهذا يؤكد أن السعيد يميل للأعمال الصالحة والشقي يميل للأعمال الفاسدة، وكل ميسر لما خلق له، وهو الذي اختار الطريق الذي سار فيه قال اللَّه تعالى: ﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾ [البلد: ١٠].

قال ابن تيمية:

(في الصحيحين عن علي بن أبي طالب قال: «كنا في جنازة فيها رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم فجلس ومعه مخصرة فجعل ينكت بالمخصرة في الأرض ثم رفع رأسه وقال: **ما من نفس منفوسة إلاّ وقد كتب مكانها من النار أو الجنة، إلاّ وقد كتبت شقية أو سعيدة**. قال: فقال رجل من

القوم : يا نبي اللّه أفلا نمكث على كتابنا وندع العمل ؟ فمن كان من أهل السعادة ليكونن إلى السعادة، ومن كان من أهل الشقاوة ليكونن إلى الشقاوة. قال : **اعملوا فكل ميسر لما خلق له . أما أهل السعادة فييسرون للسعادة، وأما أهل الشقاوة فييسرون للشقاوة** . ثم قال نبي اللّه صلى الله عليه وسلم : ﴿فَأَمَّا مَنْ أَعْطَىٰ وَاتَّقَىٰ ﴿٥﴾ وَصَدَّقَ بِالْحُسْنَىٰ ﴿٦﴾ فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْيُسْرَىٰ ﴿٧﴾ وَأَمَّا مَنْ بَخِلَ وَاسْتَغْنَىٰ ﴿٨﴾ وَكَذَّبَ بِالْحُسْنَىٰ ﴿٩﴾ فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْعُسْرَىٰ﴾ [الليل: ٥ – ١٠] ... فبين صلى الله عله وسلم أن تقدم العلم والكتاب بالسعيد والشقي لا ينافي أن تكون سعادة هذا بالأعمال الصالحة، وشقاوة هذا بالأعمال السيئة ؛ فإنه سبحانه وتعالى يعلم الأمور على ما هي عليه، وكذلك يكتبها، فهو يعلم أن السعيد يسعد بالأعمال الصالحة، والشقي يشقى بالأعمال السيئة، فمن كان سعيداً ييسر للأعمال الصالحة التي تقتضي السعادة ؛ ومن كان شقياً ييسر للأعمال السيئة التي تقتضي الشقاوة ؛ وكلاهما ميسر لما خلق له، وهو ما يصير إليه من مشيئة اللّه العامة الكونية التي ذكرها اللّه سبحانه وتعالى في كتابه في قوله تعالى: ﴿وَلَا يَزَالُونَ مُخْتَلِفِينَ ﴿١١٨﴾ إِلَّا مَن رَّحِمَ رَبُّكَ وَلِذَٰلِكَ خَلَقَهُمْ﴾ [هود: ١١٨، ١١٩][٧٢].

النفس:

النفس الإنسانية هي مكان الاهتمام لكل الدارسين في العلوم الإنسانية. وفي مدى صلاحها أو انحرافها تكون سعادة الإنسان أو شقاوته. وجاء حرص الإسلام على تزكية النفس والسير بها على طريق الفطرة المستقيم الذي يقودها إلى سعادة الدارين، إن هي سارت على هدى من اللّه وبرهان، وإلاّ كانت الأخرى حيث الشقاء في الدنيا والآخرة إن هي حادت عن الصراط المستقيم . وقد تناول ابن تيمية النفس في مواضع كثيرة من مؤلفاته، وطرق في تناوله لكثير من الموضوعات الخاصة بالنفس سواء قوى

الأفعال في النفس أو أسباب سعادتها أو شقائها أو أخلاقها المحمودة أو المذمومة وغير ذلك كثير . وسنحاول فيما يلي عرض شيء من هذه الموضوعات .

يطرح ابن تيمية تصوراً لقوى الأفعال في النفس الإنسانية مقسماً إياها إلى ثلاث قوى : القوة المنطقية (العقل)، والقوة الشهوية (الشهوة)، والقوة الغضبية (الغضب) . وهذه القوى الثلاث ترتكز على أحد جانبين إما جذب وإما دفع . وقد أوضح هذا التقسيم بضرب مثال لثلاث من الأمم، كل واحدة منها غلب عليها أحد هذه القوى، يقول رحمه اللّه :

(إن قوى الأفعال في النفس إما جذب وإما دفع، فالقوة الجاذبة الجالبة للملائم هي الشهوة وجنسها : من المحبة والإرادة ونحو ذلك، والقوة الدافعة المانعة للمنافي هي الغضب وجنسها : من البغض والكراهة، وهذه القوة باعتبار القدر المشترك بين الإنسان والبهائم هي مطلق الشهوة والغضب، وباعتبار ما يختص به الإنسان العقل والإيمان والقوى الروحانية المعترضة .

... وباعتبار القوى الثلاث انقسمت الأمم التي هي أفضل الجنس الإنساني ؛ وهم العرب والروم والفرس . فإن هذه الأمم هي التي ظهرت فيها الفضائل الإنسانية، وهم سكان وسط الأرض طولاً وعرضاً، فأما من سواهم كالسودان والترك ونحوهم فتبع .

فغلب على العرب القوة العقلية النطقية، واشتق اسمها من وضعها فقيل لهم : عرب : من الأعراب، وهو البيان والإظهار، وذلك خاصة القوة المنطقية .

وغلب على الروم القوة الشهوية من الطعام والنكاح ونحوهما، واشتق اسمها من ذلك فقيل لهم الروم، فإنه يقال : رمت هذا أرومه إذا طلبته واشتهيته.

وغلب على الفرس القوة الغضبية من الدفع والمنع والاستعلاء والسياسة، واشتق اسمها من ذلك، فقيل فرس، كما يقال فرسه يفرسه إذا قهره وغلبه .

ولهذا توجد هذه الصفات الثلاث غالبة على الأمم الثلاث حاضرتها وباديتها ؛ ولهذا كانت العرب أفضل الأمم، وتليها الفرس لأن القوة الدفعية أرفع، وتليها الروم) [٧٣] .

ومن رغبات النفس اللذة التي تحدث الارتياح والسرور بعد الحصول عليها . فما هو تعريفها ؟ وهل تعريف الفلاسفة لها صحيح ؟ وما المحمود والمذموم منها ؟ إجابات هذه الأسئلة نجدها لدى شيخ الإسلام ابن تيمية حيث يقول رحمه اللّه :

(فمن أحب شيئاً أو اشتهاه، إذا حصل له مراده، فإنه يجد الحلاوة واللذة والسرور بذلك . واللذة : أمر يحصل عقيب بإدراك الملائم الذي هو المحبوب أو المشتهى) [٧٤] .

وقال رحمه اللّه في موضع آخر :

(ومن قال من المتفلسفة ومن اتبعهم : إن اللذة هي إدراك الملائم من حيث هو ملائم، وإن الألم هو إدراك المنافر من حيث هو منافر، فقد غلط في ذلك. فإن اللذة والألم حالان يتعقبان إدراك الملائم والمنافر، فإن الحب لما يلائمه، كالطعام المشتهى مثلاً له ثلاث أحوال (إحداها) الحب، كالشهوة للطعام . و (الثاني) إدراك المحبوب، كأكل الطعام . (والثالث) اللذة الحاصلة بذاك، واللذة أمر مغاير للشهوة ولذوق المشتهي ؛ بل هي حاصلة لذوق المشتهي ؛ ليست نفس ذوق المشتهي)[٧٥] .

ثم يقول في موضع ثالث :

(إن اللذة والسرور أمر مطلوب، بل هو مقصود كل حي، وكونه أمراً مطلوباً ومقصوداً أمري ضروري من وجود الحي ... وإذا كانت اللذة مطلوبة لنفسها، فهي إنما تذم إذا أعقبت ألماً أعظم منها، أو منعت لذة خيراً منها، وتحمد إذا أعانت على اللذة المستقرة، وهو نعيم الآخرة التي هي دائمة عظيمة ... وإذا عرف أن لذات الدنيا ونعيمها إنما هي متاع ووسيلة إلى لذات الآخرة، وكذلك خلقت، فكل لذة أعانت على لذات الآخرة فهو مما أمر اللّه به ورسوله، ويثاب على تحصيل اللذة بما يؤوب إليه منها من لذات الآخرة التي أعانت هذه عليها، ولهذا كان المؤمن يثاب على ما يقصد به وجه اللّه من أكله وشربه، ولباسه ونكاحه، وشفاء وغبطة بقهر عدوه في الجهاد في سبيل اللّه، ولذة علمه وإيمانه وعبادته وغير ذلك، ولذات جسده وروحه من اللذات الحسية والوهمية والعقلية .

وكل لذة أعقبت ألماً في الدار الآخرة، أو منعت لذة الآخرة، فهي محرمة، مثل لذات الكفار والفساق بعلوهم في الأرض وفسادهم) [٧٦].

والنفس تتعرض لما يغويها، ومن ذلك الغفلة والشهوة وهما أصل الشر الذي يجلب التعاسة للإنسان ويوقعه في مهاوي السوء . وقد قال ابن تيمية:

(فالغفلة والشهوة أصل الشر، قال تعالى : ﴿ وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ [الكهف : ٢٨] والهوى وحده لا يستقل بفعل السيئات إلاّ مع الجهل، وإلاّ فصاحب الهوى، إذا علم قطعاً أن ذلك يضره ضرراً راجحاً : انصرفت نفسه عنه بالطبع، فإن اللّه تعالى جعل في النفس حبا لما ينفعها، وبغضاً لما يضرها، فلا تفعل ما تجزم بأنه يضرها ضرراً راجحاً، بل متى فعلته كان لضعف العقل) [٧٧] .

مرض القلب :

كما أن الجسد يمرض فكذلك القلب يمرض من خلال إصابته بأحد أمراض القلوب التي تحرمه من الصحة النفسية أو تسبب له خللاً في مستوى صحته النفسية وتنقله من حال السلامة والسعادة إلى حال المرض والتعاسة. ويتناول شيخ الإسلام ابن تيمية تعريف مرض القلب ويصف بعض العلاجات المناسبة التي تساعد على شفائه.

(«مرض القلب » ألم يحصل في القلب كالغيظ من عدو استولى عليك، فإن ذلك يؤلم القلب . قال اللّه تعالى : ﴿ وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ ﴿١٤﴾ وَيُذْهِبْ غَيْظَ قُلُوبِهِمْ ﴾ [التوبة: ١٤، ١٥] فشفاؤهم بزوال ما حصل في قلوبهم من الألم . ويقال : فلان شفى غيظه، وفي القود استشفاء أولياء المقتول، ونحو ذلك. فهذا شفاء من الغم والغيظ والحزن، وكل هذه آلام تحصل في القلب.

... والقرآن شفاء لما في الصدور، ومن في قلبه أمراض الشبهات والشهوات ففيه من البينات ما يزيل الحق من الباطل ... فالقرآن مزيل للأمراض الموجبة للإرادات الفاسدة حتى يصلح القلب فتصلح إرادته، ويعود إلى فطرته التي فطر عليها كما يعود البدن إلى الحال الطبيعي .

... و (الصدقة) لما كانت تطفئ الخطيئة كما يطفئ الماء النار صار القلب يزكو بها، وزكاته معنى زائد على طهارته من الذنب، قال اللّه تعالى: ﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا ﴾ [التوبة: ١٠٣] .

وكذلك ترك الفواحش يزكو بها القلب .

وكذلك ترك المعاصي فإنها بمنزلة الأخلاط الرديئة في البدن، ومثل الدغل في الزرع، فإذا استفرغ البدن من الأخلاط الرديئة كاستخراج الدم

الزائد تخلصت القوة الطبيعية واستراحت فينمو البدن، وكذلك القلب إذا تاب من الذنوب كان استفراغاً من تخليطاته حيث خلط عملاً صالحاً وآخر سيئاً، فإذا تاب من الذنوب تخلصت قوة القلب وإرادته للأعمال الصالحة، واستراح القلب من تلك الحوادث الفاسدة التي كانت فيه .

... و (العدل) هو الاعتدال، والاعتدال هو صلاح القلب . كما أن الظلم فساده . ولهذا جميع الذنوب يكون الرجل فيها ظالماً لنفسه . والظلم خلاف العدل فلم يعدل على نفسه ؛ بل ظلمها .

... والعمل له أثر في القلب من نفع وضر وصلاح قبل أثره في الخارج، فصلاحها عدل لها وفسادها ظلم لها، قال تعالى : ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا﴾ [فصلت : ٤٦] وقال تعالى : ﴿إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لأَنفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا﴾ [الإسراء : ٧] قال بعض السلف : إن للحسنة لنوراً في القلب، وقوة في البدن، وضياء في الوجه، وسعة في الرزق، ومحبة في قلوب الخلق، وإن للسيئة لظلمة في القلب، وسواداً في الوجه، ووهناً في البدن، ونقصاً في الرزق، وبغضاً في قلوب الخلق) [٧٨] .

وأمراض القلوب أنواع مختلفة، يذكر ابن تيمية بعضاً منها مع تناوله لسبب البعض منها وكيف يعالج:

(من أمراض القلوب (**الحسد**) كما قال بعضهم في حده : إنه أذى يلحق بسبب العلم بحسن حال الأغنياء، فلا يجوز أن يكون الفاضل حسوداً، لأن الفاضل يجري على ما هو جميل، وقد قال طائفة من الناس: إنه تمنى زوال النعمة عن المحسود، وإن لم يصر للحاسد مثلها، بخلاف الغبطة فإنه تمني مثلها من غير حب زوالها عن المغبوط .

والتحقيق أن الحسد هو البغض والكراهة لما يراه من حسن حال المحسود، وهو نوعان :

- (أحدهما): كراهة للنعمة عليه مطلقاً، فهذا هو الحسد المذموم، وإذا أبغض ذلك فإنه يتألم ويتأذى بوجود ما يبغضه، فيكون ذلك مرضاً في قلبه، ويلتذ بزوال النعمة عنه، وإن لم يحصل له نفع بزوالها، لكن نفعه زوال الألم الذي كان في نفسه . ولكن ذلك الألم لم يزل إلاّ بمباشرة منه، وهو راحة، وأشده كالمريض الذي عولج بما يسكن وجعه والمرض باق : فإن بغضه لنعمة الله على عبده مرض، فإن تلك النعمة قد تعود على المحسود وأعظم منها، وقد يحصل نظير تلك النعمة لنظير ذلك المحسود.

والحاسد ليس له غرض في شيء معين ؛ لكن نفسه تكره ما أنعم به على النوع . ولهذا قال من قال : إنه تمنى زوال النعمة، فإن من كره النعمة على غيره تمنى زوالها بقلبه .

- و(النوع الثاني) : أن يكره فضل ذلك الشخص عليه، فيحب أن يكون مثله أو أفضل منه، فهذا حسد وهو الذي سموه الغبطة، وقد سماه النبي صلى الله عليه وسلم حسداً في الحديث المتفق عليه من حديث ابن مسعود وابن عمر رضي اللّه عنهما أنه صلى الله عليه وسلم قال: «**لا حسد إلاّ في اثنتين : رجل أتاه اللّه الحكمة فهو يقضي بها ويعلمها، ورجل أتاه اللّه مالاً وسلطة على هلكته في الحق**») [٧٩] .

(**والعشق** مرض نفساني، وإذا قوى أثر في البدن فصار مرضاً في الجسم، إما من أمراض الدماغ كالماليخوليا ؛ ولهذا قيل فيه هو مرض وسواسي شبيه بالماليخوليا ... العاشق يضره اتصاله بالمعشوق مشاهدة وملامسة وسماعاً، بل يضره التفكر فيه والتخيل له وهو يشتهي ذلك، فإن منع مشتهاه تألم وتعذب، وإن أعطى مشتهاه قوي مرضه، وكان سبباً لزيادة الألم .

... والناس في العشق على قولين :

قيل : إنه من باب الإرادات، وهذا هو المشهور .

وقيل : إنه من باب التصورات، وإنه فساد في التخييل، حيث يتصور المعشوق على ما هو به، قال هؤلاء: ولهذا لا يوصف اللّه بالعشق، ولا يتصور أنه يعشق ؛ لأنه منزه عن ذلك، ولا يحمد من يتخيل فيه خيالاً فاسداً .

... وما يبتلى بالعشق أحد إلاّ لنقص توحيده وإيمانه، وإلاّ فالقلب المنيب إلى اللّه الخائف منه فيه صارفان يصرفانه عن العشق :

- (أحدهما): إنابته إلى اللّه، ومحبته له، فإن ذلك ألذ وأطيب من كل شيء، فلا تبقى مع محبة اللّه محبة مخلوق تزاحمه .
- و (الثاني): خوفه من اللّه، فإن الخوف المضاد للعشق يصرفه، وكل من أحب شيئاً بعشق أو غير عشق فإنه يصرف عن محبته بمحبة ما هو أحب إليه منه، إذا كان يزاحمه، ويتصرف عن محبته بخوف حصول ضرر يكون أبغض عليه من ترك ذاك الحب، فإذا كان اللّه أحب إلى العبد من كل شيء وأخوف عنده من كل شيء لم يحصل معه عشق ولا مزاحمة إلاّ عند غفلة أو عند ضعف هذا الحب والخوف، بترك بعض الواجبات وفعل بعض المحرمات، فإن الإيمان يزيد بالطاعة وينقص بالمعصية، فكلما فعل العبد الطاعة محبة لله وخوفاً منه وترك المعصية حبا له وخوفاً منه قوي حبه له وخوفه منه، فيزيل ما في القلب من محبة غيره ومخافة غيره .

وهكذا أعراض الأبدان : فإن الصحة تحفظ بالمثل، والمرض يدفع بالضد، فصحة القلب بالإيمان تحفظ بالمثل، وهو ما يورث القلب إيماناً من العلم النافع والعمل الصالح، فتلك أغذية له . كما في حديث ابن مسعود مرفوعاً وموقوفاً: « **إن كل آدب يحب أن تؤتى مأدبته، وإن مأدبة اللّه هي القرآن** » والآدب المضيف فهو ضيافة اللّه لعباده .

مثل آخر الليل وأوقات الأذان والإقامة وفي سجوده وفي إدبار الصلوات ويضم إلى ذلك الاستغفار، فإنه من استغفر اللّه ثم تاب إليه متعه متاعاً حسناً إلى أجل مسمى.

وليتخذ ورداً من (الأذكار) في النهار، ووقت النوم، وليصبر على ما يعرض له من الموانع والصوارف، فإنه لا يلبث أن يؤيده اللّه بروح منه، ويكتب الإيمان في قلبه .

وليحرص على إكمال الفرائض من الصلوات الخمس باطنة وظاهرة فإنها عمود الدين، وليكن هجيراه لا حول ولا قوة إلاّ باللّه، فإنها بها تحمل الأثقال وتكابد الأهوال وينال رفيع الأحوال .

و لا يسأم من الدعاء والطلب، فإن العبد يستجاب له ما لم يعجل فيقول: قد دعوت ودعوت فلم يستجب لي، وليعلم أن النصر مع الصبر، وأن الفرج مع الكرب، وأن مع العسر يسرا، ولم ينل أحد شيئاً من ختم الخير نبي ممن دونه إلاّ بالصبر) [٨٠].

(و «**الشح**» يكون في الرجل مع الحرص وقوة الرغبة في المال وبغض الغير وظلم له، كما قال تعالى:﴿ **قَدْ يَعْلَمُ اللَّهُ الْمُعَوِّقِينَ مِنكُمْ وَالْقَائِلِينَ لِإِخْوَانِهِمْ هَلُمَّ إِلَيْنَا وَلا يَأْتُونَ الْبَأْسَ إِلاَّ قَلِيلاً (١٨) أَشِحَّةً عَلَيْكُمْ فَإِذَا جَاءَ الْخَوْفُ رَأَيْتَهُمْ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ تَدُورُ أَعْيُنُهُمْ كَالَّذِي يُغْشَىٰ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ فَإِذَا ذَهَبَ الْخَوْفُ سَلَقُوكُم بِأَلْسِنَةٍ حِدَادٍ أَشِحَّةً عَلَى الْخَيْرِ أُولَٰئِكَ لَمْ يُؤْمِنُوا فَأَحْبَطَ اللَّهُ أَعْمَالَهُمْ وَكَانَ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا (١٩)** ﴾ [**الأحزاب** : ١٨، ١٩] فشحهم على المؤمنين وعلى الخير يتضمن كراهيته وبغضه) [٨١].

(**محبة الفواحش** مرض في القلب، فإن الشهوة توجب السكر، كما قال تعالى عن قوم لوط: ﴿ **إِنَّهُمْ لَفِي سَكْرَتِهِمْ يَعْمَهُونَ** ﴾ [**الحجر** : ٧٢] وفي الصحيحين واللفظ لمسلم من حديث أبي هريرة عن النبي صلى الله عليه وسلم: «**العينان تزنيان وزناهما النظر**» الحديث إلى آخره . فكثير من

الناس يكون مقصوده بعض هذه الأنواع المذكورة في الحديث : كالنظر، والاستمتاع والمخاطبة. ومنهم من يرقى إلى اللمس والمباشرة، ومنهم من يقبل وينظر، وكل ذلك حرام) [٨٢] .

(فالشيطان يريد بوساوسه أن يشغل القلب عن الانتفاع بالقرآن، فأمر اللّه القارئ إذا قرأ القرآن، أن يستعيذ منه فقال تعالى: ﴿ فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿٩٨﴾ إِنَّهُ لَيْسَ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ آمَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٩٩﴾ إِنَّمَا سُلْطَانُهُ عَلَى الَّذِينَ يَتَوَلَّوْنَهُ وَالَّذِينَ هُم بِهِ مُشْرِكُونَ ﴾ [**النحل** : ٩٨ - ١٠٠] فإن المستعيذ باللّه مستجير به، لاجئ إليه، مستغيث به من الشيطان، فالعائذ بغيره مستجير به، فإذا عاذ العبد بربه كان مستجيراً به متوكلاً عليه فيعيذه اللّه من الشيطان ويجيره منه) [٨٣] .

(**والريب** نوعان : نوع يكون شكا لنقص العلم . ونوع يكون اضطرابًا في القلب . وكلاهما لنقص الحال الإيماني ؛ فإن الإيمان لا بد فيه من علم القلب، وليس كل مكان يكون له علم يعلمه . وعمل القلب أو بصيرته وثباته وطمأنينته وسكينته وتوكله وإخلاصه وإنابته إلى اللّه تعالى، وهذه الأمور كلها في القرآن، يقال : رابني كذا وكذا يريبني أي: حرك قلبي، ومنه الحديث عن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : انه مر بظبي حاقف فقال «**لا يريبه أحد** » أي : لا يحركه أحد . ومنه قوله صلى الله عليه وسلم: «**دع ما يريبك إلى ما لا يريبك** » فإن الصدق طمأنينة والكذب ريبة، فإن الصادق من لا يقلق قلبه والكاذب يقلق قلبه) [٨٤] .

(**أصل الهوى** هو محبة النفس ويتبع ذلك بغضها ونفس الهوى وهو الحب والبغض الذي في النفس لا يلام عليه فإن ذلك قد لا يملك وإنما يلام على اتباعه كما قال تعالى : ﴿ يَا دَاوُودُ إِنَّا جَعَلْنَاكَ خَلِيفَةً فِي الْأَرْضِ فَاحْكُم بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ ﴾ [ص: ٢٦] وقال تعالى: ﴿ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِّنَ اللَّهِ ﴾ [القصص: ٥٠] [٨٥] .

(والمعازف هي خمر النفوس، تفعل بالنفوس أعظم مما تفعل حميا الكؤوس، فإذا سكروا بالأصوات حل فيهم الشرك ومالوا إلى الفواحش وإلى الظلم، فيشركون ويقتلون النفس التي حرم اللّه ويزنون .

وهذه (الثلاثة) موجودة كثيراً في أهل « سماع المعازف » : سماع المكاء والتصدية، أما « الشرك » فغالب عليهم بأن يحبوا شيخهم أو غيره مثل ما يحبون اللّه ويتواجدون على حبه .

وأما « الفواحش » فالغناء رقية الزنا، وهو من أعظم الأسباب لوقوع الفواحش) [٨٦] .

(من اتبع هواه في مثل طلب الرئاسة والعلو ؛ وتعلقه بالصور الجميلة، أو جمعه للمال يجد في أثناء ذلك من الهموم والغموم والأحزان والآلام وضيق الصدر ما لا يعبر عنه . وربما لا يطاوعه قلبه على ترك الهوى، ولا يحصل له ما يسره ؛ بل هو في خوف وحزن دائماً : إن كان طالباً لما يهواه فهو قبل إدراكه حزين متألم حيث لم يحصل . فإذا أدركه كان ضائقاً من زواله وفراقه) [٨٧] .

(من استعبد قلبه صورة محرمة : امرأة أو صبيا، فهذا هو العذاب الذي لايدانيه عذاب .

وهؤلاء عشاق الصور، من أعظم الناس عذاباً وأقلهم ثواباً، فإن العاشق لصورة، إذا بقي قلبه متعلقاً بها، مستعبداً لها، اجتمع له من أنواع الشر والفساد ما لا يحصيه إلاّ رب العباد، ولو سلم من فعل الفاحشة الكبرى، فدوام تعلق القلب بها . بلا فعل الفاحشة، أشد ضرراً عليه ممن يفعل ذنباً ثم يتوب منه، ويزول أثره من قلبه) [٨٨] .

صفات حسنة :

تلك بعض الأمراض التي تصيب نفس الإنسان وقلبه . وهناك أعمال أخرى للقلب يمكن أن تفيده إذا أخذ الجانب الإيجابي فيها وترك السلبي منها، فمنها ما هو صفة مستحبة للمسلم كالحياء ومنها ما هو للمسلم وغير المسلم كالشجاعة والصدق والغيرة وغيرها . يقول ابن تيمية حول هذا :

(**والحياء** مشتق من الحياة، فإن القلب الحي يكون صاحبه حيا فيه حياء يمنعه من القبائح، فإن حياة القلب هي المانعة من القبائح التي تفسد القلب، ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم: « **الحياء من الإيمان** » ... ولهذا كان الحي يظهر عليه التأثر بالقبح، وله إرادة تمنعه عن فعل القبح، بخلاف الوقح الذي ليس بحي فلا حياء معه ولا إيمان يزجره عن ذلك)[٨٩] .

(**والشجاعة** ليست هي قوة البدن فقد يكون الرجل قوي البدن ضعيف القلب، وإنما هي قوة القلب وثباته فإن القتال مداره على قوة البدن وصنعته للقتال وعلى قوة القلب وخبرته به والمحمود منها ما كان بعلم ومعرفة دون التهور الذي لا يفكر صاحبه ولا يميز بين المحمود والمذموم)[٩٠] .

(**الصدق** أساس الحسنات وجماعها، والكذب أساس السيئات ونظامها، ويظهر ذلك من وجوه :

- أحدها : أن الإنسان هو حي ناطق، فالوصف المقوم له الفاصل له عن غيره من الدواب هو المنطق، والمنطق قسمان : خبر، وإنشاء، والخبر صحته بالصدق، وفساده بالكذب، فالكاذب أسوأ حالاً من البهيمة العجماء ... .
- الثاني : أن الصفة المميزة بين النبي والمتنبئ هو الصدق والكذب، فإن محمداً رسول اللّه الصادق الأمين، ومسيلمة الكذاب ... .

- الثالث : أن الصفة الفارقة بين المؤمن والمنافق هو الصدق، فإن أساس النفاق الذي بني عليه الكذب، وعلى كل خلق يطبع المؤمن ليس الخيانة والكذب ... .

- الرابع : أن الصدق هو أصل البر، والكذب أصل الفجور، كما في الصحيحين عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال : « **عليكم بالصدق فإن الصدق يهدي إلى البر وإن البر يهدي إلى الجنة، ولا يزال الرجل يصدق ويتحرى الصدق حتى يكتب عند اللَّه صديقاً، وإياكم والكذب، فإن الكذب يهدي إلى الفجور وإن الفجور يهدي إلى النار، ولا يزال الرجل يكذب ويتحرى الكذب حتى يكتب عند اللَّه كذاباً** » .

- الخامس: أن الصادق تنزل عليه الملائكة، والكاذب تنزل عليه الشياطين، كما قال تعالى : ﴿ **هَلْ أُنَبِّئُكُمْ عَلَىٰ مَن تَنَزَّلُ الشَّيَاطِينُ ﴿٢٢١﴾ تَنَزَّلُ عَلَىٰ كُلِّ أَفَّاكٍ أَثِيمٍ ﴿٢٢٢﴾ يُلْقُونَ السَّمْعَ وَأَكْثَرُهُمْ كَاذِبُونَ** ﴾[**الشعراء** :٢٢١-٢٢٣] .

- السادس : أن الفارق بين الصديقين والشهداء والصالحين وبين المتشبه بهم من المرائين والمسمعين والملبسين هو الصدق والكذب .

- السابع : أنه مقرون بالإخلاص الذي هو أصل الدين في الكتاب [والسنة] وكلام العلماء والمشايخ قال اللَّه تعالى : ﴿ **وَاجْتَنِبُوا قَوْلَ الزُّورِ ﴿٣٠﴾ حُنَفَاءَ لِلَّهِ غَيْرَ مُشْرِكِينَ بِهِ** ﴾ [**الحج** : ٣٠، ٣١] .... .

- الثامن : أنه ركن الشهادة الخاصة عند الحكام، التي هو قوام الحكم والقضاء . والشهادة العامة في جميع الأمور، والشهادة خاصة هذه الأمة التي ميزت بها في قوله : ﴿ **وَكَذَٰلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِّتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ** ﴾ [**البقرة** : ١٤٣] ... .

- التاسع : أن الصدق والكذب هو المميز بين المؤمن والمنافق كما جاء في الأثر : أساس النفاق الذي بني عليه الكذب، وفي الصحيحين عن أنس عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال : « **آية المنافق ثلاث : إذا حدث كذب، وإذا وعد أخلف، وإذا أؤتمن خان** » ... .

- العاشر : أن المشايخ العارفين اتفقوا على أن أساس الطريق إلى اللّه هو الصدق والإخلاص، كما جمع اللّه بينهما في قوله : ﴿ **قَوْلَ الزُّورِ (٣٠) حُنَفَاءَ لِلَّهِ غَيْرَ مُشْرِكِينَ بِهِ** ﴾ [الحج : ٣٠، ٣١] ونصوص الكتاب والسنة وإجماع الأمة دال على ذلك في مواضع كقوله تعالى : ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ** ﴾ [التوبة : ١١٩] (٩١) .

(**فالغيرة المحبوبة** هي ما وافقت غيرة اللّه تعالى، وهذه الغيرة هي أن تنتهك محارم اللّه، وهي أن تؤتى الفواحش الباطنة والظاهرة ... فهذه الغيرة التي جاءت بها سنة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم وغيرة اللّه أن يأتي العبد ما حرم عليه، وغيرته أن يزني عبده أو تزني أمته، وغيرة المؤمن أن يفعل ذلك عموماً وخصوصاً في حقه . والغيرة التي يحبها اللّه الغيرة في ريبة، والغيرة التي يبغضها اللّه الغيرة التي في غير ريبة) (٩٢).

(و «**الندم**» سواء قيل : إنه من باب الاعتقادات، أو من باب الإرادات، أو قيل: إنه من باب الآلام التي تلحق النفس بسبب فعل ما يضرها ؛ فإذا استشعر القلب انه فعل ما يضره، حصل له معرفة بأن الذي فعله كان من السيئات) (٩٣) .

(**فالبر والتقوى** يبسط النفس ويشرح الصدر، بحيث يجد الإنسان في نفسه أنه اتسع وعظم عما كان عليه، والفجور والبخل يقمع النفس ويصغرها ويهينها بحيث يجد البخيل في نفسه أنه ضيق) (٩٤) .

(فالواجب على العبد أن ينظر في نفس **حبه وبغضه** ومقدار حبه وبغضه هل هو موافق لأمر اللّه ورسوله وهو هدى اللّه الذي أنزله على

رسوله بحيث يكون مأموراً بذلك الحب والبغض لا يكون متقدماً فيه بين يدي اللّه ورسوله فإنه عز وجل قد قال: ﴿لا تُقَدِّمُوا بَيْنَ يَدَيِ اللَّهِ وَرَسُولِهِ﴾ [الحجرات: ١] ومن أحب أو أبغض قبل أن يأمره اللّه ورسوله ففيه نوع من التقدم بين يدي اللّه ورسوله ومجرد الحب والبغض هوى لكن المحرم اتباع حبه وبغضه بغير هدى من اللّه، ولهذا قال: ﴿وَلا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ الَّذِينَ يَضِلُّونَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ﴾ [ص: ٢٦] فأخبر أن من اتبع هواه أضله ذلك عن سبيل اللّه وهو هداه الذي بعث به رسوله وهو السبيل إليه) [٩٥] .

الشيطان وهوى النفس :

هو عدو الإنسان منذ خلق اللّه أبانا آدم عليه السلام وهو لا يريد للإنسان أن يعيش في صحة نفسية سليمة بل على العكس هو مصدر رئيس للانحرافات النفسية التي يعاني منها الإنسان، خصوصاً ضعيف الإيمان . وقد تحدث ابن تيمية عن إفساد الشيطان لعيش الإنسان، وأن الإنسان يمكن أن يمنع الشيطان من أن يتسلط عليه بإخلاص الدين لله والحرص على ذكر اللّه .

(والقلوب فيها وسواس النفس، والشيطان يأمر بالشهوات والشبهات ما يفسد عليه طيب عيشها، فمن كان محبا لغير اللّه فهو معذب في الدنيا والآخرة ؛ إن نال مراده عذب به ؛ وإن لم ينله فهو في العذاب والحسرة والحزن) [٩٦] .

(إن إخلاص الدين لله : يمنع من تسلط الشيطان، ومن ولاية الشيطان التي توجب العذاب . كما قال تعالى : ﴿كَذَٰلِكَ لِنَصْرِفَ عَنْهُ السُّوءَ وَالْفَحْشَاءَ إِنَّهُ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِينَ﴾ [يوسف: ٢٤] .

فإذا أخلص العبد لربه الدين: كان هذا مانعاً له من فعل ضد ذلك ومن إيقاع الشيطان له في ضد ذلك، وإذا لم يخلص لربه الدين ولم يفعل ما خلق له وفطر عليه . عوقب على ذلك، وكان من عقابه : تسلط الشيطان عليه، حتى يزين له فعل السيئات، وكان إلهامه لفجوره : عقوبة له على كونه لم يتق اللَّه) (٩٧) .

(والشيطان وسواس خناس، إذا ذكر العبد ربه خنس، فإذا غفل عن ذكره وسوس، فلهذا كان ترك ذكر اللَّه سبباً ومبدأ لنزول الاعتقاد الباطل والإرادة الفاسدة في القلب، ومن ذكر اللَّه تعالى : تلاوة كتابه وفهمه ومذاكرة العلم) (٩٨) .

ويقف مع الشيطان في خندق واحد هوى النفس وذلك حتى ينحرف الإنسان في سلوكيات تسبب له الشقاء في الدنيا والآخرة ويبين ابن تيمية خطر هوى النفس، ويمثل بسلوك منحرف وهو الاستمناء .

(**الهوى** مصدر هوى يهوى هوى، ونفس المهوى يسمى هوى ما يهوى، فاتباعه كاتباع السبيل، كما قال تعالى: ﴿**وَلَا تَتَّبِعُوا أَهْوَاءَ قَوْمٍ قَدْ ضَلُّوا مِن قَبْلُ**﴾ [المائدة: ٧٧] وكما في لفظ الشهوة، فاتباع الهوى يراد به نفس مسمى المصدر، أي اتباع إرادته ومحبته التي هي هواه واتباع الإرادة هو فعل ما تهواه النفس) (٩٩) .

(**والاستمناء** لا يباح عند أكثر العلماء سلفاً وخلفاً سواء خشي العنت أو لم يخش ذلك ... وأما من فعل ذلك تلذذاً أو تذكراً أو عادة، بأن يتذكر في حال استمنائه صورة كأنه يجامعها، فهذا كله محرم لا يقول به أحمد ولا غيره، وقد أوجب فيه بعضهم الحد، والصبر عن هذا من [الواجبات لا من المستحبات] (١٠٠).

(ومن المعلوم بما أرانا اللّه من آياته في الآفاق وفي أنفسنا وبما شهد به في كتابه : أن المعاصي سبب المصائب : فسيئات المصائب والجزاء من سيئات الأعمال، وأن الطاعة سبب النعمة، فإحسان العمل سبب لإحسان اللّه، قال تعالى: ﴿وَمَا أَصَابَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَن كَثِيرٍ﴾ [الشورى: ٣٠] وقال تعالى : ﴿مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِن سَيِّئَةٍ فَمِن نَّفْسِكَ﴾ [النساء: ٧٩]) [١٠١] .

هذا ما تيسر تقديمه من آراء شيخ الإسلام ابن تيمية وهي نماذج تمثل غيضًا من فيض . ومن أراد المزيد فدونه كتب شيخ الإسلام متوفرة في الساحة .

المبحث الثالث - ابن قيم الجوزية

أولاً - ترجمته :

كما عملنا في ترجمتي ابن الجوزي وابن تيمية، سنعمل على اقتباس ترجمة لابن قيم الجوزية من إحدى الرسائل العلمية وهي بعنوان « مفهوم الصحة النفسية من وجهتي نظر الإمام ابن قيم الجوزية رحمه اللَّه والدراسات النفسية الحديثة - دراسة تحليلية »، وهي رسالة ماجستير قدمت لقسم علم النفس بكلية التربية جامعة أم القرى وتقدم بها الأستاذ عبدالعزيز بن عبداللَّه الأحمد عام ١٤١٧هـ .

هو شمس الدين أبو عبداللَّه محمد بن أبي بكر بن أيوب بن سعد بن حريز بن مكي زين الدين الزرعي ثم الدمشقي الحنبلي. ولد بدمشق في السابع من شهر صفر عام ٦٩١هـ. تربى في كنف والده الشيخ الصالح أبو بكر بن أيوب الزرعي. وأخذ عنه الفرائض. وقد دفعه أبوه إلى مجالس العلماء للأخذ عنهم والقراءة عليهم ومنهم ابن عبدالدائم، والشهاب العابر النابلسي، والمجد الحراني وأخذ عنه الفرائض والأصول وأبو الفتح البعلبكي وأخذ عنه العربية والفقه، والمزي وأخذ عنه الحديث ورجاله، وشيخ الإسلام ابن تيمية وأخذ عنه التفسير والحديث والفقه والفرائض والأصلين وعلم الكلام، ولازمه سبعة عشر عاماً تقريباً وهو شيخه المفضل والذي يحيل على كلامه في كثير من كتاباته .

وقد عاصر ابن قيم الجوزية حكم المماليك الذي خضعت له مصر والشام وهو حكم كثر فيه الاضطراب وعدم الاستقرار، كما عاصر هجوم المغول على البلاد الإسلامية حتى وصلوا دمشق، إضافة إلى احتلال الصليبيين للمدن الساحلية مثل طرسوس وعكا وطرابلس، وهذه الظروف دفعت ابن قيم الجوزية مثل شيخه ابن تيمية إلى الدعوة إلى الاعتصام بالكتاب والسنة والتحذير من الانحرافات والبدع وجهاد أعداء الإسلام بالسيف واللسان والقلم .

وكان ابن قيم الجوزية حسن الخلق لطيف المعاشرة طيب السريرة عالي الهمة واسع الأفق. وكان ذا عبادة وتهجد وطول صلاة مستمرا على الأذكار في ليله ونهاره .

وكان كثير العلم واسع الاطلاع. وقد امتحن وأوذي مرات عدة، وحبس مع شيخ الإسلام في سجن القلعة منفرداً ولم يفرج عنه إلاّ بعد وفاة ابن تيمية. وقد قام ابن القيم بالتعليم بالصدرية والجوزية وتصدى للفتوى، ودرس على يديه عدد من الطلاب الذين أصبحوا فيما بعد من العلماء منهم الحافظ ابن كثير (٧٧٤هـ)، والحافظ ابن رجب (٧٩٥هـ)، شمس الدين بن عبدالهادي (٧٤٤هـ)، الإمام الذهبي (٧٤٨هـ). وابنه برهان الدين إبراهيم.

وقد ألف ابن القيم العديد من الكتب، وقد ذكر المترجمون لسيرته تفاوتاً في تعداد كتبه ما بين ١٩ إلى ٥٠ كتاباً، إلاّ أن الشيخ بكر أبو زيد ذكر في كتابه عن ابن قيم الجوزية بعد تتبع أسماء مؤلفاته من ثنايا كتبه ومن غيرها أنه قد بلغ مجموعها ٩٨ كتاباً، ومن أهمها :

- زاد المعاد في هدى خير العباد .
- مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين .
- إغاثة اللهفان من مصائد الشيطان .
- بدائع الفوائد .
- طريق الهجرتين وباب السعادتين .
- مفتاح دار السعادة ومنشور ألوية العلم والإرادة .
- الروح .
- تحفة المودود في أحكام المولود .
- إعلام الموقعين عن رب العالمين .

وقد تميزت كتابته باعتمادها على نصوص الوحي، وبتفهم لمقاصد الشريعة وحكمة الأحكام وأسرارها، وكذلك حسن الأسلوب وجاذبيته .

وقد توفى ابن قيم الجوزية وقت العشاء الآخرة ليلة الخميس في الثالث والعشرين من شهر رجب سنة ٧٥١هـ ودفن بمقبرة الباب الصغير في دمشق رحمه اللّه رحمة واسعة وغفر له وللمسلمين أجمعين [١٠٢] .

ثانياً - بعض آرائه :

نقدم فيما يلي بعض أرائه مما له علاقة بموضوع دراستنا .

السعادة :

تناول ابن قيم الجوزية السعادة في مواضع عدة من كتبه، فتحدث عن أنواعها وطريق الحصول عليها، ومن هم أهلها المستحقون لها. ففي أنواع السعادة التي تؤثرها النفس يفصل القول فيها من حيث تقسيمها إلى ثلاثة أنواع وهي سعادة خارجية، وسعادة جسمية، وسعادة حقيقية وهي المعول عليها لأنها سعادة نفسية روحية قلبية، ولنترك الحديث لابن قيم الجوزية حيث يقول:

(أنواع السعادة التي تؤثرها النفوس ثلاثة :

- سعادة خارجية عن ذات الإنسان: بل هي مستعارة له من غيره تزول باسترداد العارية، وهي سعادة المال والجاه وتوابعها فبينما المرء بها سعيداً ملحوظاً بالعناية مرموقاً بالأبصار، إذ أصبح في اليوم الواحد أذل من وتد بقاع يشج رأسه بالفهرواجي ؛ فالسعادة والفرح بهذه كفرح الأقرع بجمة ابن عمه ! والجمال بها كجمال المرء بثيابه وزينته، فإذا جاوز بصرك كسوته فليس وراء عبادان قرية .

- ... السعادة الثانية: سعادة في جسمه وبدنه، كصحته واعتدال مزاجه، وتناسب أعضائه، وحسن تركيبه، وصفاء لونه، وقوة أعضائه، فهذه ألصق به من الأولى، ولكن هي في الحقيقة خارجة عن ذاته وحقيقته فإن الإنسان إنسان بروحه وقلبه لا بجسمه وبدنه، كما قيل :

يا خادم الجسم كي تشقى بخدمته فأنت بالروح لا بالجسم إنسان

فنسبة هذه إلى روحه وقلبه كنسبة ثيابه ولباسه إلى بدنه ؛ فإن البدن أيضاً عارية للروح وآلة لها ومركب من مراكبها فسعادتها بصحته وجماله وحسنه، سعادة خارجة عن ذاتها وحقيقتها .

- السعادة الثالثة : هي السعادة الحقيقية، وهي سعادة نفسانية روحية قلبية، وهي سعادة العلم النافع ثمرته فإنها هي الباقية على تقلب الأحوال والمصاحبة للعبد في جميع أسفاره وفي دوره الثلاث أعني: دار الدنيا، ودار البرزخ، ودار القرار، وبها يترقى في معارج الفضل ودرجات الكمال. أما :

الأولى : فإنها تصحبه في البقعة التي فيها ماله وجاهه .

والثانية : فعرضة للزوال والتبدل بنكس الخلق والرد إلى الضعف ؛ فلا سعادة في الحقيقة إلاّ في هذه .

الثالثة : التي كلما طال عليها الأمد ازدادت قوة وعلوا، وإذا عدم المال والجاه، فهي مال العبد وجاهه وتظهر قوتها وأثرها بعد مفارقة الروح البدن إذا انقطعت السعادتان الأولتان وهذه السعادة لا يعرف قدرها ويبعث على طلبها إلاّ العلم بها، فعادت السعادة كلها إلى العلم وما يقتضيه والله يوفق من يشاء لا مانع لما أعطي ولا معطي لما منع) (١٠٣).

وأما طريق السعادة فهو طريق العبودية لله وحده ومحبته والشوق إلى لقائه، والابتهاج به، والفرح والسرور به دون سواه، يقول ابن قيم الجوزية في هذا :

(مشهد العبودية والمحبة، والشوق إلى لقائه، والابتهاج به، والفرح والسرور به. فتقر به عينه، ويسكن إليه قلبه. وتطمئن إليه جوارحه، ويستولي ذكره على لسان مُحِبِّهِ وقلبه. فتصير خطرات المحبة مكان خطرات المعصية. وإرادات التقرب إليه وإلى مرضاته، مكان إرادة معاصيه ومساخطه، وحركات اللسان والجوارح بالطاعات، مكان حركاتها بالمعاصي. قد امتلأ قلبه من محبته، ولهج لسانه بذكره. وانقادت الجوارح لطاعته ... وكان شيخ الإسلام ابن تيمية يقول: من أراد السعادة الأبدية، فليلزم عتبة العبودية) (١٠٤) .

ويبين ابن قيم الجوزية أسس السعادة التي تقوم على معرفة اللّه والاستغناء به عمن سواه وإيثار رضاه على رضى من سواه، ثم اتباع رسوله محمد صلى الله عليه وسلم .

(والإيثار المتعلق بالخالق من هذا وأفضل، وهو إيثار رضاه على رضى غيره، وإيثار حبه على حب غيره، وإيثار خوفه ورجائه على خوف غيره ورجائه، وإيثار الذل له والخضوع والاستكانة والضراعة والتملق على بذل ذلك لغيره. وكذلك إيثار الطلب منه والسؤال وإنزال الفاقات به على تعلق ذلك بغيره ... وعلامة هذا الإيثار شيئان : أحدهما: فعل ما يحب اللّه إذا كانت النفس تكرهه وتهرب منه، والثاني: ترك ما يكرهه إذا كانت النفس تحبه وتهواه، فبهذين الأمرين يصح مقام الإيثار، ومؤنة هذا الإيثار شديدة لغلبة الأغيار وقوة داعي العادة والطبع، فالمحنة فيه عظيمة والمؤنة فيه شديدة والنفس عنه ضعيفة، ولا يتم فلاح العبد وسعادته إلاّ به ... والذي يسهله على العبد أمور : أحدها: أن تكون طبيعته لينة منقادة سلسلة ليست بجافية ولا قاسية، بل تنقاد معه بسهولة. والثاني: أن يكون إيمانه راسخاً ويقينه قويا، فإن هذه ثمرة الإيمان ونتيجته. الثالث: قوة صبره وثباته. فبهذه الأمور الثلاثة ينهض إلى هذا المقام ويسهل عليه دركه)(١٠٥).

ويبين ابن قيم الجوزية السبب الثاني للسعادة وهو اتباع هدى رسول اللّه صلى الله عليه وسلم والامتثال لكل أمر جاء به والانتهاء عن كل ما نهى عنه وجعله الأسوة في هذه الحياة الدنيا .

(وهجره إلى رسوله في حركاته وسكناته الظاهرة والباطنة، بحيث تكون موافقة لشرعه الذي هو تفصيل محاب اللّه ومرضاته، ولا يقبل من أحد ديناً سواه ... ولما كانت السعادة - نفياً وإثباتاً - مع ما جاء به كان جديراً بمن نصح نفسه أن يجعل لحظات عمره وقفاً على معرفته، وإرادته مقصورة على محابه، وهنا أعلى همة شمر إليها السابقون، وتنافس فيها المتنافسون) (١٠٦) .

أما أهل السعادة فهم أهل الإيمان وهم أهل الهداية والتوفيق وهي نعمة من اللّه عليهم، قال رحمه اللّه :

(خص أهل السعادة بالهداية دون غيرهم فهذه مسألة اختلفت الناس فيها وطال الحجاج من الطرفين وهي أنه هل لله على الكافر نعمة أم لا؟ فمن ناف محتج بهذه وبقوله : ﴿ وَمَن يُطِعِ اللَّهَ وَالرَّسُولَ فَأُوْلَئِكَ مَعَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِم مِّنَ النَّبِيِّينَ وَالصِّدِّيقِينَ وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ وَحَسُنَ أُوْلَئِكَ رَفِيقًا ﴾ [النساء: ٦٩] فخص هؤلاء بالأنعام فدل على أن غيرهم غير منعم عليه ولقوله لعباده المؤمنين : ﴿ وَلأُتِمَّ نِعْمَتِي عَلَيْكُمْ ﴾ [البقرة: ١٥٠] وبأن الإنعام ينافي الانتقام والعقوبة فأي نعمة على من خلق للعذاب الأبدي. ومن مثبت محتج بقوله ﴿ وَإِن تَعُدُّوا نِعْمَتَ اللَّهِ لا تُحْصُوهَا ﴾ [إبراهيم: ٣٤] وقوله لليهود : ﴿ يَا بَنِي إِسْرَائِيلَ اذْكُرُوا نِعْمَتِيَ الَّتِي أَنْعَمْتُ عَلَيْكُمْ ﴾ [البقرة: ٤٠] وهذا خطاب لهم في حال كفرهم ... وفصل الخطاب في هذه المسألة أن النعمة المطلقة مختصة بأهل الإيمان لا يشركهم فيها سواهم ومطلق النعمة عام للخليقة كلهم برهم وفاجرهم، مؤمنهم وكافرهم فالنعمة المطلقة التامة هي المتصلة بسعادة الأبد وبالنعيم المقيم فهذه غير مشتركة ومطلق النعمة عام مشترك) (١٠٧) .

ويؤكد ابن قيم الجوزية على أن الإنسان المسلم المحسن للعمل الصالح هو السعيد وعلى عكسه الإنسان المسيء فهو في شقاء وضيق، فيقول :

(قال تعالى : ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً ﴾ [النحل : ٩٧] فهذا في الدنيا، ثم قال : ﴿ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ [النحل : ٩٧]فهذا في البرزخ والآخرة. وقال تعالى: ﴿ وَالَّذِينَ هَاجَرُوا فِي اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مَا ظُلِمُوا لَنُبَوِّئَنَّهُمْ فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَلأَجْرُ الآخِرَةِ أَكْبَرُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴾ [النحل : ٤١] . وقال تعالى : ﴿ وَأَنِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُم مَّتَاعًا حَسَنًا إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى وَيُؤْتِ كُلَّ ذِي فَضْلٍ فَضْلَهُ ﴾ [هود : ٣] فهذا في الآخرة. وقال تعالى : ﴿ قُلْ يَا عِبَادِ الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا رَبَّكُمْ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَٰذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَأَرْضُ اللَّهِ وَاسِعَةٌ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُم بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴾ [الزمر : ١٠].

فهذه أربعة مواضع ذكر تعالى فيها أنه يجزي المحسن بإحسانه جزاءين: جزاء في الدنيا، وجزاء في الآخرة. فالإحسان له جزاء معجل ولا بد، والإساءة لها جزاء معجل ولابد. ولو لم يكن إلاّ ما يجازي به المحسن: من انشراح صدره في انفساح قلبه وسروره، ولذاته بمعاملة ربه عز وجل، وطاعته، وذكره، ونعيم روحه بمحبته وذكره وفرحه بربه عز وجل أعظم مما يفرح القريب من السلطان الكريم عليه بسلطانه .

وما يجازي به المسيء : من ضيق الصدر، وقسوة القلب، وتشتته وظلمته وحزازته وغمه وهمه وحزنه وخوفه وهذا أمر لا يكاد من له أدنى حس وحياة يرتاب فيه، بل الغموم والهموم والأحزان والضيق : عقوبات عاجلة، ونار دنيوية وجهنم حاضرة) [١٠٨] .

القلوب وأمراضها :

تناول ابن قيم الجوزية القلوب وأمراضها وطرق علاج تلك الأمراض في كثير من كتبه وبأساليب متنوعة ظهر فيها قوة علمه وحجته وسعة اطلاعه.

فهو يقسم القلوب إلى ثلاثة أنواع : قلب مليء بالإيمان، وقلب فيه إيمان وفيه ظلمة الشهوات، وقلب خال من الإيمان، ويتحدث عن دور الشيطان مع كل قلب فيقول :

(القلوب ثلاثة :

- قلب خال من الإيمان وجميع الخير، فذلك قلب مظلم قد استراح الشيطان من إلقاء الوساوس إليه، لأنه قد اتخذه بيتًا ووطنًا، وتحكم فيه بما يريد، وتمكن منه غاية التمكن .

- والقلب الثاني : قلب قد استنار بنور الإيمان، وأوقد فيه مصباحاً، لكن عليه ظلمة الشهوات وعواصف الأهوية، فللشيطان هناك إقبال وإدبار ومجالات ومطامع، فالحرب دول وسجال. وتختلف أحوال هذا الصنف بالقلة والكثرة، فمنهم من أوقات غلبته لعدوه أكثر، ومنهم من أوقات غلبة عدوه له أكثر، ومنهم من هو تارة تارة .

- القلب الثالث : قلب محشو بالإيمان قد استنار بنور الإيمان، وانقشعت عنه حجب الشهوات، وأقلعت عنه تلك الظلمات، فلنوره في صدره إشراق، ولذلك الإشراق إيقاد لو دنا منه الوسواس احترق به، فهو كالسماء التي حرست بالنجوم، فلو دنا منها الشيطان يتخطاها رجم فاحترق، وليست السماء بأعظم حرمة من المؤمن، وحراسة اللّٰه تعالى له أتم من حراسة السماء، والسماء متعبد الملائكة، ومستقر الوحي، وفيها

أنوار الطاعات، وقلب المؤمن مستقر التوحيد والمحبة والمعرفة والإيمان، وفيه أنوارها، فهو حقيق أن يحرس ويحفظ من كيد العدو، فلا ينال منه شيئاً إلاّ خطفه) [١٠٩] .

ويتناول ابن قيم الجوزية أمراض القلوب ويقسمها إلى قسمين: أمراض شبهات وأمراض شهوات مدللاً على ذلك بالآيات القرآنية الكريمة فيقول:

(ومرض القلوب: نوعان : مرض شبهة وشك، ومرض شهوة وغي، وكلاهما في القرآن. قال تعالى في مرض الشبهة :﴿**فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا** ﴾ [البقرة: ١٠] وقال تعالى : ﴿**وَلِيَقُولَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ وَالْكَافِرُونَ مَاذَا أَرَادَ اللَّهُ بِهَذَا مَثَلاً**﴾ [المدثر : ٣١]، وقال تعالى في حق من دعي إلى تحكيم القرآن و السنة، فأبى وأعرض : ﴿**وَإِذَا دُعُوا إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ لِيَحْكُمَ بَيْنَهُمْ إِذَا فَرِيقٌ مِّنْهُم مُّعْرِضُونَ ﴿٤٨﴾ وَإِن يَكُن لَّهُمُ الْحَقُّ يَأْتُوا إِلَيْهِ مُذْعِنِينَ ﴿٤٩﴾ أَفِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ أَمِ ارْتَابُوا أَمْ يَخَافُونَ أَن يَحِيفَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَرَسُولُهُ بَلْ أُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ**﴾ [النور: ٤٨ - ٥٠]، فهذا مرض الشبهات والشكوك. وأما مرض الشهوات، فقال تعالى: ﴿**يَا نِسَاءَ النَّبِيِّ لَسْتُنَّ كَأَحَدٍ مِّنَ النِّسَاءِ إِنِ اتَّقَيْتُنَّ فَلا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ**﴾ [الأحزاب: ٣٢]. فهذا مرض شهوة الزنى) [١١٠] .

ويتناول ابن قيم الجوزية مفسدات القلب الخمسة بالشرح والإيضاح وهي كثرة الخلطة والتمني والتعلق بغير اللّه والشبع والمنام، ولعلنا نأخذ شيئاً مما كتبه في هذا حيث يقول :

(أما مفسدات القلب الخمس: فهي التي أشار إليها : من كثرة الخلطة والتمني، والتعلق بغير اللّه، والشبع، والمنام. فهذه خمس من أكبر مفسدات القلب.

... فأما ما تؤثره كثرة الخلطة : فامتلاء القلب من دخان أنفاس بني آدم حتى يسودَّ، يوجب له تشتتاً وتفرقاً، وهما وغما، وضعفاً، وحملاً لما يعجز عن حمله من مؤونة قرناء السوء، وإضاعة مصالحه، والاشتغال عنها بهم وبأمورهم، وتقسم فكرة في أودية مطالبهم وإراداتهم. فما يبقى منه لله والدار الآخرة ؟

... والضابط النافع في أمر الخلطة : أن يخالط الناس في الخير - كالجمعة والجماعة، والأعياد والحج، وتعلم العلم، والجهاد، والنصيحة - ويعتزلهم في الشر، وفضول المباحات .

... المفسد الثاني : من مفسدات القلب ركوبه بحر التمني، وهو بحر لا ساحل له. وهو البحر الذي يركبه مفاليس العالم، كما قيل : إن المنى رأس أموال المفاليس. وبضاعة ركابه مواعيد الشيطان، وخيالات المحال والبهتان ... وكل بحسب حاله : من متمن للقدرة والسلطان، وللضرب في الأرض والتطواف في البلدان، أو للأموال والأثمان، أو للنسوان والمردان فيمثل المتمني صورة مطلوبة في نفسه وقد فاز بوصولها، والتذ بالظفر بها. فبينما هو على هذه الحال، إذ استيقظ فإذا يده والحصير .

وصاحب الهمة العلية أمانيه حائمة حول العلم والإيمان. والعمل الذي يقربه إلى اللّه. ويدنيه من جواره .

فأماني هذا إيمان ونور وحكمة. وأماني أولئك خدع وغرور .

... والمفسد الثالث من مفسدات القلب التعلق بغير اللّه تبارك وتعالى. وهذا أعظم مفسداته على الإطلاق .

فليس عليه أضر من ذلك. ولا أقطع له عن مصالحه وسعادته منه، فإنه إذا تعلق بغير اللّه وكله اللّه إلى ما تعلق به. وخذله من جهة ما تعلق به.

وفاته تحصيل مقصوده من اللّه، بتعلقه بغيره، والتفاته إلى سواه، فلا على نصيبه من اللّه حصل، ولا إلى ما أمله ممن تعلق به وصل. قال اللّه تعالى : ﴿ وَاتَّخَذُوا مِن دُونِ اللَّهِ آلِهَةً لِّيَكُونُوا لَهُمْ عِزًّا ﴿٨١﴾ كَلَّا سَيَكْفُرُونَ بِعِبَادَتِهِمْ وَيَكُونُونَ عَلَيْهِمْ ضِدًّا ﴾ [مريم : ٨١، ٨٢] وقال تعالى : ﴿ وَاتَّخَذُوا مِن دُونِ اللَّهِ آلِهَةً لَّعَلَّهُمْ يُنصَرُونَ ﴿٧٤﴾ لَا يَسْتَطِيعُونَ نَصْرَهُمْ وَهُمْ لَهُمْ جُندٌ مُّحْضَرُونَ ﴾ [يس : ٧٤، ٧٥] .

... والمفسد الرابع من مفسدات القلب : الطعام والمفسد له من ذلك نوعان: أحدهما ما يفسده لعينه وذاته كالمحرمات. وهي نوعان: محرمات لحق اللّه، كالميتة والدم، ولحم الخنزير، وذي الناب من السباع والمخلب من الطير .

ومحرمات لحق العباد، كالمسروق والمغصوب والمنهوب. وما أخذ بغير رضى صاحبه، إما قهراً وإما حياءً وتذمماً .

والثاني : ما يفسد بقدره : وتعدى حده، كالإسراف في الحلال، والشبع المفرط، فإنه يثقله عن الطاعات. ويشغله بمزاولة مؤنه البطنة ومحاولتها، حتى يظفر بها. فإذا ظفر بها شغله بمزاولة تصرفها ووقاية ضررها. والتأذي بثقلها، وقوى عليه مواد الشهوة، وطرق مجاري الشيطان ووسعها، فإنه يجري من ابن آدم مجرى الدم، فالصوم يضيق مجاريه ويسد عليه طرقه، والشبع يطرقها ويوسعها. ومن أكل كثيراً شرب كثيراً. فنام كثيراً. فخسر كثيراً. وفي الحديث المشهور: «**ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه. بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه. فإن كان لابد فاعلاً فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه**) .

... المفسد الخامس: كثرة النوم فإنه يميت القلب ويثقل البدن، ويضيع الوقت، ويورث كثرة الغفلة والكسل. ومنه المكروه جدا. ومنه الضار غير

النافع للبدن. وأنفع النوم : ما كان عند شدة الحاجة إليه. ونوم أول الليل أحمد وأنفع من آخره. ونوم وسط النهار أنفع من طرفيه. وكلما قرب النوم من الطرفين قل نفعه. وكثر ضرره. ولا سيما نوم العصر، والنوم أول النهار إلاّ لسهران .

... وكما أن كثرة النوم مورثة لهذه الآفات، فمدافعته وهجره، مورث لآفات أخرى عظام : من سوء المزاج ويبسه، وانحراف النفس، وجفاف الرطوبات المعينة على الفهم والعمل. ويورث أمراضاً متلفة لا ينتفع صاحبها بقلبه ولا بدنه معها. وما قام الوجود إلاّ بالعدل. فمن اعتصم به فقد أخذ بحظه من مجامع الخير) (١١١) .

ولكن السؤال هو ممن يؤخذ طب القلوب والإجابة نجدها لدى ابن قيم الجوزية حيث يقول :

(فأما طب القلوب، فمسلَّم إلى الرسل صلوات اللَّه وسلامه عليهم، ولا سبيل إلى حصوله إلاّ من جهتهم وعلى أيديهم، فإن صلاح القلوب أن تكون عارفة بربها، وفاطرها، وبأسمائه، وصفاته، وأفعاله، وأحكامه، وأن تكون مؤثرة لمرضاته ومحابه، متجنبة لمناهيه ومساخطه، ولا صحة لها ولا حياة البتة إلاّ بذلك، ولا سبيل إلى تلقيه إلاّ من جهة الرسل، وما يظن من حصول صحة القلب بدون اتباعهم، فغلط ممن يظن ذلك، وإنما ذلك حياة نفسه البهيمية الشهوانية، و صحتها وقوتها، وحياة قلبه وصحته، وقوته عن ذلك بمعزل، ومن لم يميز بين هذا وهذا، فليبك على حياة قلبه، فإنه من الأموات، وعلى نوره، فإنه منغمس في بحار الظلمات) (١١٢) .

وسلامة القلب مطلب كل مسلم في هذه الحياة الدنيا، ونجد ابن قيم الجوزية يوجز سلامة القلب في السلامة من خمسة أشياء فيقول:

(ولا تتم له سلامته مطلقاً حتى يسلم من خمسة أشياء: من شرك يناقض التوحيد، وبدعة تخالف السنة، وشهوة تخالف الأمر، وغفلة تناقض الذكر، وهوى يناقض التجريد والإخلاص .

وهذه الخمسة حجب عن اللّه، وتحت كل واحد منها أنواع كثيرة، تتضمن أفراداً لا تنحصر) (١١٣) .

ولابن قيم الجوزية في تقسيم أمراض القلوب إلى قسمين غير التي سبق إيرادها كما ذكرها في كتابه زاد المعاد في هدى خير العباد حيث قسمها إلى مرض شهوة ومرض شبهة، والتقسيم الآخر أورده في كتابه إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان حيث قسمها إلى مرض مؤلم ومرض غير مؤلم حيث يقول :

(مرض القلب نوعان : نوع لا يتألم به صاحبه في الحال ؛ وهو النوع المتقدم، كمرض الجهل، ومرض الشبهات والشكوك. وهذا النوع هو أعظم النوعين ألماً، ولكن لفساد القلب لا يحس بالألم، ولأن سكرة الجهل والهوى تحول بينه وبين إدراك الألم، وإلاّ فألمه حاضر فيه حاصل له، وهو متوار عنه باشتغاله بضده، وهذا أخطر المرضيين وأصعبهما. وعلاجه إلى الرسل وأتباعهم، فهم أطباء هذا المرض .

والنوع الثاني : مرض مؤلم له في الحال، كالهم والغم والحزن والغيظ، وهذا المرض قد يزول بأدوية طبيعية، كإزالة أسبابه، أو بالمداواة بما يضاد تلك الأسباب ؛ ويدفع موجبها مع قيامها، وهو كما أن القلب قد يتألم به البدن ويشقى بما يشقى به البدن، فكذلك البدن يتألم كثيراً بما يتألم به القلب، ويشقيه ما يشقيه) (١١٤) .

وينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن بعض أمراض القلوب وكيف تعالج، فيذكر الهم والحزن وكيف عالجهما رسول اللّه صلى الله عليه وسلم حيث يقول:

(في مسند الإمام أحمد عن ابن سعود، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «**ما أصاب عبداً هم ولا حزن فقال : اللهم إني عبدك، ابن عبدك، ابن أمتك ناصيتي بيدك، ماضٍ في حكمك، عدل في قضاؤك، أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علمته أحد من خلق، أو استأثرت به في علم الغيب عندك: أن تجعل القرآن العظيم ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهاب همي، إلاّ أذهب اللّه حزنه وهمه، وأبدله مكانه فرحاً** » ... ففيه من المعارف الإلهية، وأسرار العبودية ما لا يتسع له كتاب، فإنه يتضمن الاعتراف بعبوديته وعبودية آبائه وأمهاته، وأن ناصيته بيده يصرفها كيف يشاء، فلا يملك العبد دونه لنفسه نفعاً ولا ضرا، ولا موتاً وحياة ولا نشوراً، لأن ناصيته بيد غيره، فليس إليه شيء من أمره، بل هو عانٍ في قبضته، ذليل تحت سلطان قهره .

... فقوله (ماض في حكمك) مطابق لقوله ﴿مَّا مِن دَابَّةٍ إِلاَّ هُوَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا﴾ [هود: ٥٦] وقوله: (عدل في قضاؤك) مطابق لقوله : ﴿إِنَّ رَبِّي عَلَىٰ صِرَاطٍ مُّسْتَقِيمٍ﴾ [هود: ٥٦]، ثم توسل إلى ربه بأسمائه التي سمى بها نفسه ما علم العباد منها وما لم يعلموا. ومنها : ما استأثره في علم الغيب عنده، فلم يطلع عليه ملكاً مقرباً، ولا نبيا مرسلاً، وهذه الوسيلة أعظم الوسائل، وأحبها إلى اللّه، وأقربها تحصلاً للمطلوب .

ثم سأله أن يجعل القرآن لقلبه كالربيع الذي يرتع فيه الحيوان، وكذلك القرآن ربيع القلوب، وأن يجعله شفاء همه وغمه، فيكون له بمنزلة الدواء الذي يستأصل الداء، ويعيد البدن إلى صحته واعتداله، وأن يجعله لحزنه كالجلاء الذي يجلو الطبوع والأصدية وغيرها، فأحرى بهذا العلاج إذا صدق العليل في استعماله أن يزيل عنه دائه، ويعقبه شفاء تاما، وصحة وعافية) [١١٥] .

ويتناول ابن قيم الجوزية الحسد وأنه حقيقة واقعة سجلها القرآن الكريم وطلب من المسلم الاستعاذة باللّه منها، ثم ذكر عشرة أسباب يدفع بها حسد الحاسد فقال :

(دل القرآن والسنة على أن نفس حسد الحاسد يؤذي المحسود فنفس حسده شر يتصل بالمحسود من نفسه وعينه وإن لم يؤذه بيده ولا لسانه فإن اللّه تعالى قال : ﴿وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ﴾ [الفلق: ٥] فحقق الشر منه عند صدور الحسد. والقرآن ليس فيه لفظة مهملة ومعلوم أن الحاسد لا يسمى حاسداً إلاّ إذا قام به الحسد كالضارب والشاتم والقاتل ونحو ذلك ولكن قد يكون الرجل في طبعه الحسد وهو غافل عن المحسود لاه عنه فإذا خطر على ذكره وقلبه انبعثت نار الحسد من قلبه إليه ووجهت إليه سهام الحسد من قبله فيتأذى المحسود بمجرد ذلك فإن لم يستعذ باللّه ويتحصن به ويكون له أوراداً من الأذكار والدعوات والتوجه إلى اللّه والإقبال عليه بحيث يدفع عنه من شره بمقدار توجهه وإقباله على اللّه وإلاّ ناله شر الحاسد ولا بد ... ويندفع شر الحاسد عن المحسود بعشرة أسباب أحدها : التعوذ باللّه من شره والتحصن به واللجأ إليه ...

السبب الثاني : تقوى اللّه وحفظه عند أمره ونهيه فمن اتقى اللّه تولى اللّه حفظه ولم يكله إلى غيره قال تعالى: ﴿وَإِن تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا﴾ [آل عمران: ١٢٠] ...

السبب الثالث : الصبر على عدوه وأن لا يقاتله ولا يشكوه ولا يحدث نفسه بأذاه أصلاً فما نصر على حاسد وعدوه بمثل الصبر عليه والتوكل على اللَّه ولا يستطيل تأخيره وبغيه ... قال تعالى : ﴿وَمَنْ عَاقَبَ بِمِثْلِ مَا عُوقِبَ بِهِ ثُمَّ بُغِيَ عَلَيْهِ لَيَنصُرَنَّهُ اللَّهُ﴾ [الحج : ٦٠] فإذا كان اللَّه قد ضمن له النصر مع أنه قد استوفى حقه أولاً فكيف بمن لم يستوف شيئاً من حقه بل بغى عليه وهو صابر ...

السبب الرابع : التوكل على اللَّه فمن يتوكل على اللَّه فهو حسبه والتوكل من أقوى الأسباب التي يدفع بها العبد ما لا يطيق من أذى الخلق وظلمهم وعدوانهم ... قال بعض السلف جعل اللَّه لكل عمل جزاء من جنسه وجعل جزاء التوكل عليه نفس كفايته لعبده فقال ﴿وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾ [الطلاق : ٣].

السبب الخامس : فراغ القلب من الاشتغال به والفكر فيه وأن يقصد أن يمحوه من باله كلما خطر له فلا يلتفت إليه ولا يخافه ولا يملأ قلبه بالفكر فيه وهذا من أنفع الأدوية وأقوى الأسباب المعينة على اندفاع شره.

السبب السادس : وهو الإقبال على اللَّه والإخلاص له وجعل محبته وترضيه والإنابة إليه في محل خواطر نفسه وأمانيها تدب فيها دبيب تلك الخواطر شيئاً فشيئاً حتى يقهرها ويغمرها ويذهبها بالكلية .

السبب السابع : تجريد التوبة إلى اللَّه من الذنوب التي سلطت عليه أعداءه فإن اللَّه تعالى يقول : ﴿وَمَا أَصَابَكُم مِّن مُّصِيبَةٍ فَبِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ﴾ [الشورى: ٣٠] .

السبب الثامن : الصدقة والإحسان ما أمكنه فإن لذلك تأثيراً عجيباً في دفع البلاء ودفع العين وشر الحاسد ... فالمحسن المتصدق في

خفارة إحسانه وصدقته عليه من اللّه جنة واقية وحصن حصين وبالجملة فالشكر حارس النعمة من كل ما يكون سبباً لزوالها .

السبب التاسع : وهو من أصعب الأسباب على النفس وأشقها عليها ولا يوفق له إلاّ من عظم حظه من اللّه وهو طفوء نار الحاسد والباغي والمؤذي بالإحسان إليه فكلما ازداد أذى وشرا وبغياً وحسداً ازددت إليه إحساناً وله نصيحة وعليه شفقة وما أظنك تصدق بأن هذا يكون فضلاً عن أن تتعاطاه فاسمع الآن قوله عز وجل :﴿ **وَلا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ﴿٣٤﴾ وَمَا يُلَقَّاهَا إِلاَّ الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلاَّ ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ﴿٣٥﴾ وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ** ﴾ [**فصلت** : ٣٤ – ٣٦] ...

السبب العاشر : وهو الجامع لذلك كله وعليه مدار هذه الأسباب وهو تجريد التوحيد والترحل بالفكر في الأسباب إلى المسبب العزيز الحكيم ... فالتوحيد حصن اللّه الأعظم الذي من دخله كان من الآمنين قال بعض السلف : من خاف الله خافه كل شيء، ومن لم يخف اللّه أخافه من كل شيء) [١١٦] .

والذنوب والمعاصي التي يرتكبها الإنسان تضر الإنسان في قلبه وتجلب عليه العقوبات، وعلى عكسها الطاعات فهي سعادة، يقول ابن قيم الجوزية:

(فما ينبغي أن يعلم : أن الذنوب والمعاصي تضر، ولابد وأن ضررها في القلب كضرر السموم في الأبدان، على اختلاف درجاتها في الضرر. وهل في الدنيا والآخرة شر وداء إلاّ سببه الذنوب والمعاصي) [١١٧] .

(وللمعاصي من الآثار القبيحة المذمومة، المضرة بالقلب والبدن في الدنيا والآخرة ما لا يعلمه إلاّ اللّه ... ومنها: وحشة يجدها العاصي في

قلبه وبينه وبين اللّه لا توازنها ولا تقارنها لذة أصلاً. ولو اجتمعت له لذات الدنيا بأسرها لم تف بتلك الوحشة. وهذا أمر لا يحس به إلاّ من في قلبه حياة، وما لجرح بميت إيلام، فلو لم تترك الذنوب إلاّ حذراً من وقوع تلك الوحشة، لكان العاقل حريا بتركها .

... ومنها : الوحشة التي تحصل بينه وبين الناس، ولا سيما أهل الخير منهم، فإنه يجد وحشة بينه وبينهم، وكلما قويت تلك الوحشة بعد منهم ومن مجالستهم، وحرم بركة الانتفاع بهم، وقرب من حزب الشيطان، بقدر ما بعد من حزب الرحمن، وتقوى هذه الوحشة حتى تستحكم، فتقع بينه وبين امرأته وولده وأقاربه، وبينه وبين نفسه، فتراه مستوحشاً بنفسه .

... ومنها : ظلمة يجدها في قلبه حقيقة، يحس بها كما يحس بظلمة الليل البهيم إذا ادلهم، فتصير ظلمة المعصية لقلبه كالظلمة الحسية لبصره، فإن الطاعة نور، والمعصية ظلمة، وكلما قويت الظلمة ازدادت حيرته ؛ حتى يقع في البدع والضلالات والأمور المهلكة وهو لا يشعر، كأعمى خرج في ظلمة الليل يمشي وحده، وتقوى هذه الظلمة حتى تظهر في العين، ثم تقوى حتى تعلو الوجه، وتصير سواداً فيه يراه كل أحد .

... ومنها : أن المعاصي توهن القلب والبدن، أما وهنها للقلب فأمر ظاهر، بل لا تزال توهنه حتى تزيل حياته بالكلية .

... ومنها : أن المعصية تورث الذل ولابد ؛ فإن العز كل العز في طاعة اللّه. ... ومن عقوبات الذنوب : أنها تطفئ من القلب نار الغيرة التي هي لحياته وصلاحه كالحرارة الغريزية لحياة جميع البدن ؛ فالغيرة حرارته وناره التي تخرج ما فيه من الخبث والصفات المذمومة، كما يخرج الكير خبث الذهب والفضة والحديد، وأشرف الناس وأعلاهم همة أشدهم غيرة على نفسه وخاصته وعموم الناس. ولهذا كان النبي صلى الله عليه وسلم

أغير الخلق على الأمة، والله سبحانه أشد غيرة منه، كما ثبت في الصحيح عنه أنه قال : « **أتعجبون من غيرة سعد ؟ لأنا أغير منه، والله أغير مني**».

... ومن عقوباتها : ذهاب الحياء الذي هو مادة القلب، وهو أصل كل خير، وذهابه ذهاب الخير أجمعه. وفي الصحيح عنه أنه قال : « **الحياء خير كله**» .

... ومن عقوباتها : أنها تستدعي نسيان اللّه لعبده وتركه، وتخليته بينه وبين نفسه وشيطانه، وهناك الهلاك الذي لا يرجى معه نجاة .

... ومن عقوبات الذنوب : أنها تزيل النعم وتحل النقم. فما زالت عن العبد نعمة إلاّ بذنب، ولا حلت به نقمة إلاّ بذنب، كما قال علي بن أبي طالب : ما نزل بلاء إلاّ بذنب، ولا رفع إلاّ بتوبة .

... ومن عقوباتها ما يلقيه اللّه سبحانه من الرعب والخوف في قلب العاصي ؛ فلا تراه إلاّ خائفاً مرعوباً .

... ومن عقوباتها : أنها تصرف القلب عن صمته واستقامته إلى مرضه وانحرافه، فلا يزال مريضاً معلولاً لا ينتفع بالأغذية التي بها حياته وصلاحه .

... ومن عقوباتها : أن العاصي دائماً في أسر شيطانه وسجن شهواته، وقيود هواه ؛ فهو أسير مسجون مقيد) (١١٨) .

(السعادة كلها في طاعته، والأرباح كلها في معاملته، والمحن والبلايا كلها في معصيته ومخالفته، فليس للعبد أنفع من شكره وتوبته، إن ربنا لغفور شكور)(١١٩) .

(والفرح بالمعصية دليل على شدة الرغبة فيها، والجهل بقدر من عصاه،

والجهل بسوء عاقبتها وعظم خطرها. ففرحه بها غطى عليه ذلك كله. وفرحه بها أشد ضرراً عليه من مواقعتها .

والمؤمن لا تتم له لذة بمعصية أبداً. ولا يكمل بها فرحة. بل لا يباشرها إلاّ والحزن مخالط لقلبه، ولكن سكر الشهوة يحجبه عن الشعور به. ومتى خلا قلبه من هذا الحزن. واشتدت غبطته وسروره، فليتهم إيمانه. وليبك على موت قلبه، فإنه لو كان حيا لأحزنه ارتكابه للذنب، وغاظه وصعب عليه، ولا يحس القلب بذلك، فحيث لم يحس به فما لجرح بميت إيلام)[١٢٠].

(إن المطيع قد أحاط على بستان طاعته حائطاً حصيناً. لا يجد الأعداء إليه سبيلاً. فثمرته وزهرته وخضرته وبهجته في زيادة ونمو أبداً. والعاصي قد فتح فيه ثغراً، وثلم فيه ثلمه. ومكن منه السراق والأعداء ... إن المعصية لابد أن تؤثر أثراً سيئاً ولابد : إما إهلاكاً كلياً. وإما خسراناً وعقاباً، يعقبه : إما عفو ودخول الجنة، وإما نقص درجة، وإما خمود مصباح الإيمان. وعمل التائب في رفع هذه الآثار والتكفير. وعمل المطيع في الزيادة، ورفع الدرجات) [١٢١] .

(وإذا وصلت النفس إلى هذه الحالة استغنت بها عن التطاول إلى الشهوات التي توجب اقتحام الحدود المسخوطة والتقاعد عن الأمور المطلوبة المرغوبة، فإن فقرها إلى الشهوات هو الموجب لها التقاعد عن المرغوب المطلوب، وأيضاً فتقاعدها عن المطلوب بينهما موجب لفقرها إلى الشهوات، فكل منهما موجب للآخر، وترك الأوامر أقوى لها من افتقارها إلى الشهوات، فإنه بحسب قيام العبد بالأمر تدفع عنه جيوش الشهوة، كما قال تعالى : ﴿إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنكَرِ﴾ [العنكبوت : ٤٥] وقال تعالى ﴿إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا﴾ [الحج : ٣٨][١٢٢] .

العين :

ومما يصيب الإنسان ومصدره النفس ما يعرف بالعين، يقول ابن قيم الجوزية مؤكداً حقيقة العين :

(وتأثيرات النفوس بعضها في بعض أمر لا ينكره ذو حس سليم ولا عقل مستقيم ولاسيما عند تجردها نوع تجرد عن العلائق والعوائق البدنية فإن قواها تتضاعف وتتزايد بحسب ذلك ولاسيما عند مخالفة هواها وحملها على الأخلاق العالية من العفة والشجاعة والعدل والسخاء وتجنبها سفساف الأخلاق ورذائلها وسافلها فإن تأثيرها في العالم يقوى جدا تأثيراً يعجز عنه البدن وأعراضه أن تنظر إلى حجر عظيم فتشقه أو حيوان كبير فتتلفه أو إلى نعمة فتزيلها، وهذا أمر قد شاهدته الأمم على اختلاف أجناسها وأديانها وهو الذي سمي إصابة العين فيضيفون الأثر إلى العين وليس لها في الحقيقة وإنما هو النفس المتكيفة بكيفية ردية سمية، وقد تكون بواسطة نظر العين وقد لا تكون بل يوصف له الشيء من بعيد فتتكيف عليه نفسه بتلك الكيفية فتفسده وأنت ترى تأثير النفس في الأجسام صفرة وحمرة وارتعاشاً بمجرد مقابلتها لها وقوتها وهذه وأضعافها آثار خارجة عن تأثير البدن وأعراضه فإن البدن لا يؤثر إلاّ فيما لا قاه وماسه تأثيراً مخصوصاً ولم تزل الأمم تشهد تأثير الهمم الفعالة في العالم وتستعين بها وتحذو أثرها، وقد أمر رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أن يغسل العائن مغابنه ومواضع القذر منه ثم يصب ذلك الماء على المعين فإنه يزيل عنه تأثير نفسه فيه وذلك بسبب أمر طبعي اقتضته حكمة اللّه سبحانه فإن النفس الأمارة لها بهذه المواضع تعلق وألف والأرواح الخبيثة الخارجية تساعدها وتألف هذه المواضع غالباً للمناسبة بينها وبينها فإذا غسلت بالماء طفئت تلك النارية منها كما يطفأ الحديد المحمى بالماء فإذا صب ذلك الماء على المصاب طفأ عنه تلك النارية التي وصلت إليه من العائن)[١٢٣] .

(روى مسلم في صحيحه عن ابن عباس قال : قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: « **العين حق ولو كان شيء سابق القدر، لسبقته العين**».

... وفي الصحيحين عن عائشة قالت : أمرني النبي صلى الله عليه وسلم، أو أمر أن نسترقي من العين .

... وروى مالك رحمه اللّه : عن ابن شهاب، عن ابن أمامة بن سهل بن حنيف، قال : رأى عامر بن ربيعة سهل بن حنيف يغتسل، فقال : والله ما رأيت كاليوم ولا جلد مخبئه قال: فلبط سهل، فأتي رسول اللّه صلى الله عليه وسلم عامراً، فتغيظ عليه وقال : « **علام يقتل أحدكم أخاه ألا بركت اغتسل له** »، فغسل له عامر وجهه ويديه ومرفقيه وركبتيه، وأطراف رجليه، وداخلة إزاره في قدح، ثم صب عليه، فراح مع الناس .

... والعين عينان : عين إنسية، وعين جنية، فقد صح عن أم سلمة أن النبي صلى الله عليه وسلم رأى في بيتها جارية في وجهها سفعة، فقال: «**استرقوا لها، فإن بها النظرة** » . قال الحسين بن مسعود الفراء : قوله : «سفعة ». أي نظرة، يعني : من الجن. يقول : بها عين أصابتها من نظر الجن أنفذ من أسنة الرماح.

... فأبطلت طائفة ممن قل نصيبهم من السمع والعقل أمر العين، وقالوا : إنما ذلك أوهام لا حقيقة لها، وهؤلاء من أجهل الناس بالسمع والعقل، ومن أغلظهم حجاباً، وأكثفهم طباعاً، وأبعدهم معرفة عن الأرواح والنفوس، وصفاتها وأفعالها وتأثيراتها، وعقلاء الأمم على اختلاف مللهم ونحلهم لا تدفع أمر العين، ولا تنكره، وإن اختلفوا في سببه وجهة تأثير العين .

... ولا ريب أن اللّه سبحانه خلق في الأجسام والأرواح قوى وطبائع مختلفة، وجعل في كثير منها خواصًا وكيفيات مؤثرة، ولا يمكن لعاقل

إنكار تأثير الأرواح في الأجسام، فإنه أمر مشاهد محسوس، وأنت ترى الوجه كيف يحمر حمرة شديدة إذا نظر إليه من يحتشمه ويستحي منه، ويصفر صفرة شديدة عند نظر من يخافه إليه، وقد شاهد الناس من يسقم من النظر وتضعف قواه، وهذا كله بواسطة تأثير الأرواح، ولشدة ارتباطها بالعين ينسب الفعل إليها، وليست هي الفاعلة، وإنما التأثير للروح، والأرواح مختلفة في طبائعها وقواها وكيفياتها وخواصها، فروح الحاسد مؤذية للمحسود أذى بيناً، ولهذا أمر اللّه سبحانه رسوله أن يستعيذ به من شره، وتأثير الحاسد في أذى المحسود أمر لا ينكره إلاّ من هو خارج عن حقيقة الإنسانية، وهو أصل الإصابة بالعين، فإن النفس الخبيثة الحاسدة تتكيف بكيفية خبيثة، وتقابل المحسود، فتؤثر فيه بتلك الخاصية، وأشبه الأشياء بهذا الأفعى، فإن السم كامن فيها بالقوة، فإذا قابلت عدوها، انبعثت منها قوة غضبية، وتكيفت بكيفية خبيثة مؤذية، فمنها ما تشتد كيفيتها وتقوى حتى تؤثر في إسقاط الجنين، ومنها ما تؤثر في طمس البصر، كما قال النبي صلى الله عليه وسلم في الأبتر، وذي الطفيتين من الحيات : «**إنهما يلتمسان البصر، ويسقطان الحبل**».

ومنها ما تؤثر في الإنسان كيفيتها بمجرد الرؤية من غير اتصال به، لشدة خبث تلك النفس، وكيفيتها الخبيثة المؤثرة، والتأثير غير موقوف على الاتصالات الجسمية، كما يظنه من قل علمه ومعرفته بالطبيعة والشريعة، بل التأثير يكون تارة بالاتصال، وتارة بالمقابلة، وتارة بالرؤية، وتارة بتوجه الروح نحو من يؤثر فيه، وتارة بالأدعية والرقى والتعوذات، وتارة بالوهم والتخيل، ونفس العائن لا يتوقف تأثيرها على الرؤية، بل قد يكون أعمى، فيوصف له الشيء، فتؤثر نفسه فيه، وإن لم يره، وكثير من العائنين يؤثر في المعين بالوصف من غير رؤية، وقد قال اللّه تعالى لنبيه: ﴿ وَإِن يَكَادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَيُزْلِقُونَكَ بِأَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ ﴾ [القلم: ٥١].

وقال: ﴿ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾ مِن شَرِّ مَا خَلَقَ ﴿٢﴾ وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِن شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ﴿٤﴾ وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ﴾[الفلق: ١ -٥].
فكل عائن حاسد، وليس كل حاسد عائن، فلما كان الحاسد أعم من العائن، كانت الاستعاذة منه استعاذة من العائن، وهي سهام تخرج من نفس الحاسد والعائن نحو المحسود والمعين تصيبه تارة وتخطئه تارة، فإن صادفته مكشوفاً لا وقاية عليه، أثرت فيه، ولابد، وإن صادفته حذراً شاكي السلاح لا منفذ فيه للسهام، لم تؤثر فيه، وربما ردت السهام على صاحبها، وهذا بمثابة الرمي الحسي سواء، فهذا من النفوس والأرواح، وذاك من الأجسام والأشباح. وأصله من إعجاب العائن بالشيء، ثم تتبعه كيفية نفسه الخبيثة، ثم تستعين على تنفيذ سمها بنظرة إلى المعين .

... والمقصود : العلاج النبوي لهذه العلة وهو أنواع، وقد روى أبو داود في سننه عن سهل بن حنيف، قال : مررنا بسيل، فدخلت، فاغتسلت فيه، فخرجت محموماً، فنمى ذلك إلى رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم فقال: « **مروا أبا ثابت يتعوذ** »، قال :فقلت :يا سيدي والرقي صالحة ؟ فقال : « **لا رقية إلاّ في نفس، أو حمة أو لدغة** ».

... فمن التعوذات والرقى الإكثار من قراءة المعوذتين، وفاتحة الكتاب، وآية الكرسي، ومنها التعوذات النبوية .

نحو : أعوذ بكلمات اللَّه التامات من شر ما خلق .

ونحو : أعوذ بكلمات اللَّه التامة من كل شيطان وهامة، ومن كل عين لامة) [١٢٤] .

وهذا الكلام فيه بيان لحقيقة العين، ثم فيه رد على المشككين في صحة وجودها وبيان لخطأ تصورهم، ثم بيان كيف تحدث، وأخيراً ذكر لأسباب الوقاية والعلاج من الإصابة بالعين .

الصرع :

ينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن الصرع وهو مما يدخل في دائرة الاختلالات النفسية، فيوضح حقيقته وأنواعه وكيف يعالج، فيقول :

(أخرجا في الصحيحين من حديث عطاء بن أبي رباح، قال : قال ابن عباس : ألا أريك امرأة من أهل الجنة ؟ قلت : بلى. قال : هذه المرأة السوداء، أتت النبي صلى الله عليه وسلم فقالت : إني أصرع، وإني أتكشف، فادع اللّه لي، فقال : «**إن شئت صبرت ولك الجنة، وإن شئت دعوت اللّه لك أن يعافيك**»، فقالت : أصبر. قالت : فإني أتكشف، فادع اللّه أن لا أتكشف، فدعا لها .

قلت : الصرع صرعان : صرع من الأرواح الخبيثة الأرضية، وصرع من الأخلاط الرديئة. والثاني : هو الذي يتكلم فيه الأطباء في سببه وعلاجه. أما صرع الأرواح، فأئمتهم وعقلاؤهم يعترفون به، ولا يدفعونه، ويعترفون بأن علاجه بمقابلة الأرواح الشريفة الخيرة العلوية لتلك الأرواح الشريرة الخبيثة، فتدافع آثارها، وتعارض أفعالها وتبطلها.

... وعلاج هذا النوع يكون بأمرين : أمر من جهة المصروع، وأمر من جهة المعالج، فالذي من جهة المصروع يكون بقوة نفسه، وصدق توجهه إلى فاطر هذه الأرواح وبارئها، والتعوذ الصحيح الذي قد تواطأ عليه القلب واللسان، فإن هذا نوع محاربة، والمحارب لا يتم له الانتصاف من ثروة بالسلاح إلاّ بأمرين : أن يكون السلاح صحيحاً في نفسه جيداً، وأن يكون الساعد قويا، فمتى تخلف أحدهما لم يغن السلاح كثير طائل، فكيف إذا عدم الأمران جميعاً : يكون القلب خراباً من التوحيد، والتوكل، والتقوى، والتوجه، ولا سلاح له .

والثاني : من جهة المعالج، بأن يكون فيه هذان الأمران أيضاً، حتى إن من المعالجين من يكتفي بقوله (اخرج منه). أو يقول (بسم اللّه)، أو يقول (لا حول ولا قوة إلاّ باللّه)، والنبي صلى الله عليه وسلم كان يقول : «**اخرج عدو اللّه أنا رسول اللّه** » .

... وبالجملة فهذا النوع من الصرع، وعلاجه لا ينكره إلاّ قليل الحظ من العلم والعقل والمعرفة، وأكثر تسلط الأرواح الخبيثة على أهله تكون من جهة قلة دينهم، وخراب قلوبهم وألسنتهم من حقائق الذكر، والتعاويذ، والتحصينات النبوية والإيمانية، فتلقى الروح الخبيثة الرجل أعزل لا سلاح معه، وربما كان عرياناً فيؤثر فيه هذا) [١٢٥] .

وهناك قضية يدور حولها الحديث بين كثير من المهتمين بأمور الجن وتأثيرهم في الإنس، وهي هل يمكن دخول الجن في الإنس ؟ ويجيب ابن قيم الجوزية بالإيجاب ويرد على المنكرين بقوله : (فإن قلتم : وكلامنا معكم في الجن والملائكة فإنهم ليسوا بأجسام متحيزة. قلنا : الكلام مع من يؤمن باللّه وملائكته وكتبه ورسله. وأما من كفر بذلك فالكلام معه في النفس ضائع، وقد كفر بفاطر النفس ومبدعها وملائكته وما جاءت به رسله وكان تاركاً ما دل عليه العيان مع دليل الإيمان فإن الآثار المشهودة في العالم من تأثيرات الملائكة والجن بإذن ربهم لا يمكن إنكارها، وهي موجودة بنفسها، ولا تقدر عليها القوى البشرية .

قولكم ... لو كانت جسماً لكان اتصالها بالبدن إن كان على سبيل المداخلة لزم تداخل الأجسام وإن كان على سبيل الملاصقة والمجاورة كان للإنسان الواحد جسمان يتلاصقان أحدهما يرى والآخر لا يرى .

جوابه من وجوه :

(أحدها) أن تتداخل الأجسام. المحال أن يتداخل جسمان كثيفان أحدهما في الآخر بحيث يكون حيزهما واحداً، وإما أن يدخل جسم لطيف في كثيف يسري فيه فهذا ليس بمحال .

(الثاني) أن هذا باطل بصورة كثيرة منها دخول الماء في العود والسحاب ودخول النار في الحديد ودخول الغذاء في جميع أجزاء البدن ودخول الجن في المصروع فالروح للطافتها لا يمتنع عليها مشابكة البدن والدخول في جميع أجزائه .

(الثالث) أن حيز النفس البدن وحيزه مكانه المنفصل عنه وهذا ليس بتداخل ممتنع فإذا فارقته صار لها حيزاً آخر غير حيزه وحينئذ فلا يتداخلان بل يصير لكل منهما حيز يخصه، وبالجملة فدخول الروح في البدن ألطف من دخول الماء في الثرى والدهن في البدن، فهذه الشبهة الفاسدة لا يعارض بها ما دل عليها نصوص الوحي والأدلة العقلية)[١٢٦] .

النفس البشرية :

النفس البشرية آية من آيات اللّه جل وعلا، فيها الخير والشر وفيها التعلق بالدنيا والسعي إلى الآخرة حسب ما لدى الإنسان من الإيمان. ونعرض فيما يلي وقفات لابن قيم الجوزية مع النفس في صفاتها الثلاث، وكيف تكون مع الأبرار أو الفجار، والمتقابلات من الصفات في هذه النفس، وجوانب مشرقة تظهر في النفس البشرية إذا وقر فيها الإيمان الصحيح. فيقول عن صفات النفس :

(فقد وقع في كلام كثير من الناس أن لابن آدم ثلاث أنفس، نفس مطمئنة، ونفس لوامة، ونفس أمارة، وأن منهم من تغلب عليه هذه ومنهم من تغلب عليه الأخرى، ويحتجون على ذلك بقوله تعالى : ﴿يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ﴾ [الفجر : ٢٧] وبقوله تعالى : ﴿لا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ ۝ وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ﴾ [القيامة : ١، ٢] وبقوله تعالى : ﴿إِنَّ النَّفْسَ لأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ﴾ [يوسف : ٥٣]. والتحقيق أنها نفس واحدة ولكن لها صفات فتسمى باعتبار كل صفة باسم فتسمى مطمئنة باعتبار طمأنينتها إلى ربها بعبوديته ومحبته والإنابة إليه والتوكل عليه والرضا به والسكون إليه، فإن سمة محبته وخوفه ورجاءه منها قطع النظر عن محبة غيره وخوفه ورجائه، فيستغني بمحبته عن حب ما سواه وبذكره عن ذكر ما سواه وبالشوق إليه وإلى لقائه عن الشوق إلى ما سواه، فالطمأنينة إلى اللَّه سبحانه حقيقة ترد منه سبحانه على قلب عبده تجمعه عليه، وترد قلبه الشارد إليه حتى كأنه جالس بين يديه يسمع به ويبصر به ويتحرك به ويبطش به، فتسري تلك الطمأنينة في نفسه وقلبه ومفاصله وقواه الظاهرة والباطنة تجذب روحه إلى اللَّه، ويلين جلده وقلبه ومفاصله إلى خدمته والتقرب إليه، ولا يمكن حصول الطمأنينة الحقيقية إلاّ باللَّه وبذكره وهو كلامه الذي أنزله على رسوله كما قال تعالى : ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد : ٢٨] .

... والطمأنينة إلى أسماء الرب تعالى وصفاته نوعان : طمأنينة إلى الإيمان بها وإثباتها واعتقادها وطمأنينة إلى ما تقتضيه وتوجبه من آثار العبودية، مثاله الطمأنينة إلى القدر وإثباته والإيمان به يقتضي الطمأنينة إلى مواضع الأقدار التي لم يؤمر العبد بدفعها ولا قدرة له على دفعها فيسلم لها ويرضى بها ولا يسخط ولا يشكو ولا يضطرب إيمانه فلا يأسى على ما فاته ولا يفرح بما أتاه لأن المصيبة فيه مقدرة قبل أن تصل إليه

وقبل أن يخلق كما قال تعالى : ﴿ ما أَصَابَ من مُّصيبَةٍ في الأَرْضِ وَلا في أَنفُسِكُمْ إِلاَّ في كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (٢٢) لِّكَيْلا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ﴾ [الحديد : ٢٢ ، ٢٣]

... وأما النفس اللوامة وهي التي أقسم بها سبحانه في قوله : ﴿ وَلا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴾ [القيامة : ٢] فاختلف فيها فقالت طائفة هي التي لا تثبت على حال واحدة. أخذوا اللفظة من التلوم وهو التردد فهي كثيرة التقلب والتلون وهي من أعظم آيات اللّه فإنها مخلوق من مخلوقاته تتقلب وتتلون في الساعة الواحدة فضلاً عن اليوم والشهر والعام والعمر ألواناً كثيرة .

... اللوامة نوعان :

لوامة ملومة، وهي النفس الجاهلة الظالمة التي يلومها اللّه وملائكته. ولوامة غير ملومة، وهي التي لا تزال تلوم صاحبها على تقصيره في طاعة اللّه مع بذله جهده فهذه غير ملومة ؛ وأشرف النفوس من لامت نفسها في طاعة اللّه واحتملت ملام اللائمين في مرضاته فلا تأخذها فيه لومة لائم فهذه قد تخلصت من لوم اللّه، وأما من رضيت بأعمالها ولم تلم نفسها ولم تحتمل في اللّه ملام اللوام. فهي التي يلومها اللّه عز وجل.

وأما النفس الأمارة فهي المذمومة فإنها التي تأمر بكل سوء وهذا من طبيعتها إلاّ ما وفقها اللّه وثبتها وأعانها، فما تخلص أحد من شر نفسه إلاّ بتوفيق اللّه له كما قال تعالى حاكياً عن امرأة العزيز : ﴿ وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلاَّ مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ [يوسف : ٥٣].

... فالشر كامن في النفس وهو يوجب سيئات الأعمال فإن خلى اللّه بين العبد وبين نفسه هلك بين شرها وما تقتضيه من سيئات الأعمال، وإن وفقه وأعانه نجاه من ذلك كله) [١٢٧] .

والنفس تتعلق بالدنيا وتسعى إلى ملذاتها دون إدراك لما تجلبه من تعب وهم وحسرة .

(ومحب الدنيا لا ينفك من ثلاث : هم لازم، وتعب دائم، وحسرة لا تنقضي، وذلك أن محبها لا ينال منها شيئاً إلاّ طمحت نفسه إلى ما فوقه؛ كما في الحديث الصحيح عن النبي صلى الله عليه وسلم : « **لو كان لابن آدم واديان من مال لابتغى لهما ثالثاً** ») (١٢٨) .

والنفس تدعو إلى الطغيان وإيثاره الحياة الدنيا، ولكن ما هو علاج ذلك؟

(فالنفس تدعو إلى الطغيان وإيثار الحياة الدنيا، والرب تعالى يدعو عبده إلى خوفه ونهي النفس عن الهوى. والقلب بين الداعيين، يميل إلى هذا الداعي مرة وإلى هذا مرة. وهذا موضع المحنة والابتلاء.

والمقصود : ذكر علاج مرض القلب باستيلاء النفس الأمارة عليه.

وله علاجان :

محاسبتها، ومخالفتها، وهلاك القلب من إهمال محاسبتها، ومن موافقتها واتباع هواها، وفي الحديث الذي رواه أحمد وغيره من حديث شداد بن أوس قال : قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : « **الكيس من دان نفسه وعمل لما بعد الموت، والعاجز من اتبع نفسه هواها وتمنى على اللّه** » دان نفسه : أي حاسبها .

... ومحاسبة النفس نوعان :

نوع قبل العمل، ونوع بعده .

فأما النوع الأول : فهو أن يقف عند أول همته وإرادته، ولا يبادر بالعمل حتى يتبين له رجحانه على تركه .

قال الحسن رحمه اللّه : رحم اللّه عبداً وقف عند همه، فإن كان لله مضى، وإن كان لغيره تأخر .

... النوع الثاني : محاسبة النفس بعد العمل، وهو ثلاثة أنواع :

أحدها : محاسبتها على طاعة قصرت فيها من اللّه ؛ فلم توقعها على الوجه الذي ينبغي .

الثاني : أن يحاسب نفسه على كل عمل كان تركه خيراً له من فعله.

الثالث : أن يحاسب نفسه على أمر مباح، أو معتاد : لم فعله ؟ وهل أراد به اللّه والدار الآخرة ؟ فيكون رابحاً أو أراد به الدنيا وعاجلها ؛ فيخسر ذلك الربح ويفوته الظفر به) (١٢٩) .

آثار الطاعة والمعصية :

ولا شك أن للطاعة أثر على النفس مشابه لجزائها يوم القيامة وكذلك المعصية يكون أثرها على النفس في الدنيا أثرًا سيئًا والعقاب المؤلم في الآخرة. يقول ابن قيم الجوزية: (فقلوب أهل البدع، والمعرضين عن القرآن، وأهل الغفلة عن اللّه، وأهل المعاصي في جحيم قبل الجحيم الأكبر. وقلوب الأبرار في نعيم قبل النعيم الأكبر ﴿ **إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ ﴿١٣﴾ وَإِنَّ الْفُجَّارَ لَفِي جَحِيمٍ** ﴾ [**الانفطار**: ١٣، ١٤] هذا في دورهم الثلاث. ليس مختصاً بالدار الآخرة. وإن كان تمامه وكماله وظهوره : إنما هو في الدار الآخرة، وفي البرزخ دون ذلك، كما قال تعالى: ﴿ **وَإِنَّ لِلَّذِينَ ظَلَمُوا عَذَابًا دُونَ ذَلِكَ** ﴾ [**الطور**: ٤٧] وقال تعالى: ﴿ **وَيَقُولُونَ مَتَىٰ هَٰذَا الْوَعْدُ إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ ﴿٧١﴾ قُلْ عَسَىٰ أَن يَكُونَ رَدِفَ لَكُم بَعْضُ الَّذِي تَسْتَعْجِلُونَ** ﴾ [**النمل**: ٧١، ٧٢].

وفي هذه الدار دون ما في البرزخ، ولكن يمنع من الإحساس به: الاستغراق في سكرة الشهوات، وطرح ذلك عن القلب، وعدم التفكر فيه .

... وقد جعل اللّه سبحانه للحسنات والطاعات آثاراً محبوبة لذيذة طيبة. لذتها فوق لذة المعصية بأضعاف مضاعفة. لا نسبة لها إليها. وجعل للسيئات والمعاصي آلاماً وآثاراً مكروهه، وحزازات تربى على لذة تناولها بأضعاف مضاعفة. قال ابن عباس : (إن للحسنة نوراً في القلب، وضياء في الوجه، وقوة في البدن. وزيادة في الرزق، ومحبة في قلوب الخلق. وإن للسيئة سواداً في الوجه، وظلمة في القلب ووهناً في البدن. ونقصاً في الرزق، وبغضاً في قلوب الخلق) وهذا يعرفه صاحب البصيرة. ويشهده من نفسه ومن غيره) (١٣٠) .

(فأخرج سبحانه إلى هذه الدار من آثار رحمته من الثمار والفواكه والطيبات والملابس الفاخرة والصور الجميلة وسائر ملاذ النفوس ومشتهياتها ماهو نفحة من نفحات الدار التي جعل ذلك كله فيها على وجه الكمال، فإذا رآه المؤمنون ذكرهم بما هناك من الخير والسرور والعيش الرخي كما قيل :

فإذا رآك المسلمون تيقنوا ... حور الجنان لدى النعيم الخالد

فشمروا إليه وقالوا : اللهم لا عيش إلاّ عيش الآخرة وأحدثت لهم رؤيته عزمات وهمماً وجدا وتشميراً، لأن النعيم يذكر بالنعيم، والشيء يذكر بجنسه، فإذا رأى أحدهم ما يعجبه ويروقه ولا سبيل له إليه قال: موعدك الجنة، وإنما هي عشية أو ضحاها. فوجود تلك المشتهيات والملذوذات في هذه الدار رحمة من اللّه يسوق بها عباده المؤمنين إلى تلك الدار التي هي أكمل منها، وزاد لهم من هذه الدار إليها، فهي زاد وعبرة ودليل، وأثر رحمته التي أودعها تلك الدار ،فالمؤمن يهتز برؤيتها إلى ما أمامه، ويثير ساكن عزماته إلى تلك، فنفسه ذواقة تواقة، إذا ذاقت شيئاً منها تاقت إلى ما هو أكمل منه حتى تتوق إلى النعيم المقيم في جوار الرب الكريم)(١٣١) .

(والرحمة المقارنة للهدى في حق المؤمنين عاجلة وآجلة .

فأما العاجلة فما يعطيهم اللّه في الدنيا من محبة الخير والبر، وذوق طعم الإيمان، ووجدان حلاوته، والفرح والسرور بأن هداهم اللّه تعالى لما أضل عنه غيرهم، ولما اختلف فيه من الحق بإذنه، فهم يتقلبون في نور هداه، ويمشون به في الناس، ويرون غيرهم متُحيراً في الظلمات، فهم أشد الناس فرحاً بما آتاهم ربهم من الهدى، قال تعالى : ﴿ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ ﴾ [يونس : ٥٨] فأمر سبحانه عباده المؤمنين المهتدين أن يفرحوا بفضله ورحمته .

وقد دارت عبارات السلف على أن الفضل والرحمة هو العلم والإيمان والقرآن، وهما اتباع الرسول، وهذا من أعظم الرحمة التي يرحم اللّه بها من يشاء من عباده، فإن الأمن والعافية والسرور، ولذة القلب ونعيمه وبهجته، وطمأنينته، مع الإيمان والهدى إلى طريق الفلاح والسعادة. والخوف، والهم، والغم، والبلاء، والألم، والقلق: مع الضلال والحيرة .

... فنقول : النعيم التام : هو في الدين الحق علماً وعملاً. فأهله هم أصحاب النعيم الكامل. كما أخبر اللّه تعالى بذلك في كتابه في غير موضع، كقوله : ﴿ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ۝ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلا الضَّالِّينَ ﴾ [الفاتحة : ٦ ، ٧].

... وقوله: ﴿ إِنَّ الأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ ۝ وَإِنَّ الْفُجَّارَ لَفِي جَحِيمٍ ﴾ [الانفطار : ١٣ ، ١٤] والقرآن مملوء من هذا. فوعد أهل الهدى والعمل الصالح بالنعيم التام في الدار الآخرة) [١٣٢] .

المتقابلات في النفس :

ويذكر ابن قيم الجوزية الفروق بين مجموعة من المتقابلات الموجودة في النفس لدى الإنسان فيقول :

(والفرق بين **التواضع والمهانة** أن التواضع يتولد من بين العلم باللّه سبحانه ومعرفة أسمائه وصفاته ونعوت جلاله وتعظيمه ومحبته وإجلاله، ومن معرفته بنفسه وتفاصيلها وعيوب عملها وآفاتها، فيتولد من بين ذلك كله خلق هو التواضع وهو انكسار القلب لله وخفض جناح الذل والرحمة بعباده فلا يرى له على أحد فضلاً ولا يرى له عند أحداً حقا بل يرى الفضل للناس عليه و الحقوق لهم قبله، وهذا خلق إنما يعطيه اللّه عز وجل من يحبه ويكرمه ويقربه .

وأما المهانة فهي الدناءة والخسة وبذل النفس وابتذالها في نيل حظوظها وشهواتها كتواضع السفل في نيل شهواتهم وتواضع المفعول به للفاعل وتواضع طالب كل حظ لمن يرجو نيل حظه منه فهذا كله ضعة لا تواضع والله سبحانه يحب التواضع ويبغض الضعة والمهانة. وفي الصحيح عنه صلى الله عليه وسلم وأوصى إلي أن تواضعوا حتى لا يفخر أحد على أحد ولا يبغي أحد على أحد .

... والفرق بين **المهابة والكبر** (أن المهابة) أثر من آثار امتلاء القلب بعظمة اللّه ومحبته وإجلاله فإذا امتلأ القلب بذلك حل فيه النور ونزلت عليه السكينة وألبس رداء الهيبة فاكتسى وجهه الحلاوة والمهابة فأخذ بمجامع القلوب محبة ومهابة فحنت إليه الأفئدة وقرت به العيون وأنست به القلوب فكلامه نور ومدخله نور ومخرجه نور وعمله نور وإن سكت علاه الوقار وإن تكلم أخذ بالقلوب والأسماع .

(وأما الكبر) فأثر من آثار العجب والبغي من قلب قد امتلأ بالجهل والظلم ترحلت منه العبودية ونزل عليه المقت فنظره إلى الناس شزر ومشيه بينهم تبختر ومعاملته لهم معاملة الاستئثار لا الإيثار ولا الإنصاف ذاهب بنفسه تيهاً لا يبدأ من لقيه بالسلام وإن رد عليه رأى أنه قد بالغ في

الإنعام عليه لا ينطلق لهم وجهه ولا يسعهم خلقه ولا يرى لأحد عليه حقا ويرى حقوقه على الناس ولا يرى فضلهم عليه ويرى فضله عليهم لا يزداد من اللّه إلاّ بعداً ومن الناس إلاّ صغاراً أو بغضاً .

... (**إن الشجاعة** من القلب وهي ثباته واستقراره عند المخاوف وهو خلق يتولد من الصبر وحسن الظن فإنه متى ظن الظفر وساعده الصبر ثبت، كما أن الجبن يتولد من سوء الظن ووسوسة النفس بالسوء ... ولهذا جاء في حديث عمرو بن العاص الذي رواه أحمد وغيره عن النبي صلى الله عليه وسلم: «**شر ما في المرء جبن ضالع وشح هالع**») .

... وأما الفرق بين **الاقتصاد والشح**، أن الاقتصاد خلق محمود يتولد من خلقين عدل وحكمة فبالعدل يعتدل في المنع والبذل وبالحكمة يضع كل واحد منهما موضعه الذي يليق به فيتولد من بينهما الاقتصاد وهو وسط بين طرفين مذمومين كما قال تعالى : ﴿**وَلا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا**﴾ [**الإسراء**: ٢٩] وقال تعالى : ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا أَنفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَٰلِكَ قَوَامًا**﴾ [**الفرقان**: ٦٧] وقال تعالى: «كلوا واشربوا ولا تسرفوا».

وأما الشح فهو خلق ذميم يتولد من سوء الظن وضعف النفس ويمده وعد الشيطان حتى يصير هلعاً والهلع شدة الحرص على الشيء والشره به فتولد عنه المنع لبذله والجزع لفقده كما قال تعالى: ﴿**إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا**﴾ [**المعارج**:١٩- ٢١].

... والفرق بين **الصبر والقسوة** أن الصبر خلق كسبي يتخلق به العبد وهو حبس النفس عن الجزع والهلع والتشكي فيحبس النفس عن التسخط واللسان عن الشكوى والجوارح عما لا ينبغي فعله وهو ثبات القلب على الأحكام القدرية والشرعية.

وأما القسوة فيبس في القلب يمنعه من الانفعال وغلظة تمنعه من التأثر بالنوازل فلا يتأثر لغلظته وقساوته لا لصبره واحتماله .

... والفرق بين **سلامة القلب والبله والتغفل** أن سلامة القلب تكون من عدم إرادة الشر بعد معرفته فيسلم قلبه من إرادته وقصده لا من معرفته والعلم به، وهذا بخلاف البله والغفلة فإنها جهل وقلة معرفة وهذا لا يحمد إذ هو نقص، وإنما يحمد الناس من هو كذلك لسلامتهم منه. والكمال أن يكون القلب عارفاً بتفاصيل الشر سليماً من إرادته .

... والفرق بين **الرجاء والتمني** أن (الرجاء) يكون مع بذل الجهد واستفراغ الطاقة في الإتيان بأسباب الظفر والفوز (والتمني) حديث النفس بحصول ذلك مع تعطيل الأسباب الموصلة إليه قال تعالى: ﴿ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُوْلَئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَتَ اللَّهِ ﴾ [**البقرة**:٢١٨].

... والفرق بين **رقة القلب والجزع**، أن الجزع ضعف في النفس وخوف في القلب يمده شدة الطمع والحرص ويتولد من ضعف الإيمان بالقدر وإلاّ فمتى علم أن المقدر كائن لا بد كان الجزع عناء محضاً ومصيبة ثانية قال تعالى: ﴿ مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الأَرْضِ وَلا فِي أَنفُسِكُمْ إِلاَّ فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ﴾ [**الحديد** : ٢٢ ، ٢٣] فمتى آمن العبد بالقدر وعلم أن المصيبة مقدرة في الحاضر والغائب لم يجزع ولم يفرح. ولا ينافي هذا رقة القلب فإنها ناشئة من صفة الرحمة التي هي كمال والله سبحانه إنما يرحم من عباده الرحماء وقد كان رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أرق الناس قلباً وأبعدهم من الجزع، فرقة القلب رأفة ورحمة، وجزعه مرض وضعف، فالجزع حال قلب مريض بالدنيا قد غشيه دخان النفس الأمارة فأخذ بأنفاسه

وضيق عليه مسالك الآخرة وصار في سجن الهوى والنفس وهو سجن ضيق الأرجاء مظلم المسلك، فانحصار القلب وضيقه يجزع من أدنى ما يصيبه ولا يحتمله، فإذا أشرق فيه نور الإيمان واليقين بالوعد وامتلأ من محبة اللّه وإجلاله رق وصارت فيه الرأفة والرحمة فتراه رحيماً رقيق القلب بكل ذي قربى ومسلم يرحم النملة في جحرها والطير في وكره فضلاً عن بني جنسه فهذا أقرب القلوب من اللّه .

... والفرق بين **المنافسة والحسد** أن المنافسة المبادرة إلى الكمال الذي تشاهد من غيرك فتنافسه فيه حتى تلحقه أو تجاوزه، فهي من شرف النفس وعلو الهمة وكبر القدر، قال تعالى : ﴿ وَفِي ذَٰلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ ﴾ [المطففين: ٢٦] وأصلها من الشيء النفيس الذي تتعلق به النفوس طلباً ورغبة فينافس فيه كل من النفسين الأخرى وربما فرحت إذا شاركتها فيه كما كان أصحاب رسول اللّه صلى الله عليه وسلم يتنافسون في الخير ويفرح بعضهم ببعض باشتراكهم فيه بل يحض بعضهم بعضاً عليه مع تنافسهم فيه وهي نوع من المسابقة وقد قال تعالى : «فاستبقوا الخيرات» وقال تعالى :«سابقوا إلى مغفرة من ربكم وجنة عرضها كعرض السماء» وكان عمر بن الخطاب يسابق أبا بكر رضي اللّه عنهما فلم يظفر بسبقه أبداً فلما علم أنه قد استولى على الإمامة قال : والله لا أسابقك إلى شيء أبداً، وقال : والله ما سبقته إلى خير إلاّ وجدته قد سبقني إليه.

... والحسد خلق نفس ذميمة وضيعة ساقطة ليس فيها حرص على الخير فلعجزها ومهانتها تحسد من يكسب الخير والمحامد ويفوز بها دونها وتتمنى أن لو فاته كسبها حتى يساويها في العدم كما قال تعالى : ﴿ وَدُّوا لَوْ تَكْفُرُونَ كَمَا كَفَرُوا فَتَكُونُونَ سَوَاءً ﴾ [النساء: ٨٩] وقال تعالى :﴿ وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِندِ أَنفُسِهِم مِّنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ ﴾ [البقرة: ١٠٩] فالحسود عدو النعمة متمن زوالها عن المحسود كما زالت عنه هو .

... والفرق بين **الاحتياط والوسوسة** أن الاحتياط الاستقصاء والمبالغة في اتباع السنة وما كان عليه رسول اللّه صلى الله عليه وسلم وأصحابه من غير غلو ومجاوزة ولا تقصير ولا تفريط فهذا هو الاحتياط الذي يرضاه اللّه ورسوله. وأما الوسوسة فهي ابتداع ما لم تأت به السنة ولم يفعله رسول اللّه صلى الله عليه وسلم ولا أحد من الصحابة زاعماً أنه يصل بذلك إلى تحصيل المشروع وضبطه، كمن يحتاط بزعمه ويغسل أعضاءه في الوضوء فوق االثلاث فيسرف في صب الماء في وضوئه وغسله ويصرح بالتلفظ بنية الصلاة مراراً أو مرة واحدة ويغسل ثيابه مما لا يتيقن نجاسته احتياطاً ويرغب عن الصلاة في نعله احتياطاً، إلى إضعاف أضعاف هذا مما اتخذه الموسوسون ديناً زعموا أنه احتياط .

.... والفرق بين **المبادرة والعجلة** أن المبادرة انتهاز الفرصة في وقتها ولا يتركها حتى إذا فاتت طلبها فهو لا يطلب الأمور في أدبارها ولا قبل وقتها بل إذا حضر وقتها بادر إليها ووثب عليها وثوب الأسد على فريسته فهو بمنزلة من يبادر إلى أخذ الثمرة وقت كمال نضجها وإدراكها .

والعجلة طلب أخذ الشيء قبل وقته فهو لشدة حرصه عليه بمنزلة من يأخذ الثمرة قبل أوان إدراكها، فالمبادرة وسط بين خلقين مذمومين أحدهما التفريط والإضاعة والثاني الاستعجال قبل الوقت. ولهذه كانت العجلة من الشيطان فإنها خفة وطيش وحدة في العبد تمنعه من التثبت والوقار والحلم وتوجب له وضع الأشياء في غير مواضعها وتجلب عليه أنواعاً من الشرور وتمنعه أنواعاً من الخير وهي قرين الندامة فقل من استعجل إلا ندم كما أن الكسل قرين الفوت والإضاعة) (١٣٣) .

وينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن جوانب مشرقة تظهر في خلق ونفس المسلم الذي وقر الإيمان في قلبه وأصبح سلوكه يسير وفق ما يريد اللّه له وما يريده رسوله صلى الله عليه وسلم فيقول في ذلك :

(**فالصبر** حبس النفس عن الجزع، واللسان عن التشكي، والجوارح عن لطم الخدود وشق الثياب ونحوهما .

... والنفس فيها قوتان : قوة الإقدام وقوة الإحجام، فحقيقة الصبر أن يجعل قوة الإقدام مصروفة إلى ما ينفعه، وقوة الإحجام إمساكاً عما يضره، ومن الناس من تكون قوة صبره على فعل ما ينتفع به وثباته عليه أقوى من صبره عما يضره، فيصبر على مشقة الطاعة ولا صبر له عن داعي هواه إلى ارتكاب ما نهي عنه؛ ومنهم من تكون قوة صبره عن المخالفات أقوى من صبره على مشقة الطاعات، ومنهم من لا صبر له على هذا ولا ذاك : وأفضل الناس أصبرهم على النوعين .

... ولما كان الصبر المحمود هو الصبر النفساني الاختياري عن إجابة داعي الهوى المذموم كانت مراتبه وأسماؤه بحسب متعلقه، فإنه إن كان صبراً عن شهوة الفرج المحرمة سمي عفة، وضدها الفجور والزنا والعهر .

... الصبر ينقسم إلى قسمين : قسم مذموم، وقسم محمود :

فالمذموم الصبر عن اللّه وإرادته ومحبته وسير القلب إليه، فإن هذا الصبر يتضمن تعطيل كمال العبد بالكلية وتفويت ما خلق له، وهذا كما أنه أقبح الصبر فهو أعظمه وأبلغه، فإنه لا صبر أبلغ من صبر من يصبر عن محبوبه الذي لا حياة له بدونه البتة، كما أنه لا زهد أبلغ من زهد الزاهد فيما أعد اللّه لأوليائه من كرامته مما لا عين رأت ولا أذن سمعت، ولا خطر على قلب بشر .

... وأما الصبر المحمود فنوعان : صبر لله، وصبر باللّه، قال اللّه تعالى : ﴿ **وَاصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلاَّ بِاللَّهِ** ﴾ [**النحل**: ١٢٧] وقال : ﴿ **وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا** ﴾ [**الطور**: ٤٨] وقد تنازع الناس: أي الصبرين أكمل ؟

فقالت طائفة: الصبر له أكمل، فإنه ما كان لله أكمل مما كان بالله، فإن كان له فهو غاية، وما كان به فهو وسيلة، والغايات أشرف من الوسائل، ولذلك وجب الوفاء بالنذر إذا كان تبرراً وتقرباً إلى الله لأنه نذر له، ولم يجب الوفاء به إذا خرج مخرج اليمين لأنه حلف به .

... وقالت طائفة : الصبر بالله أكمل بل لا يمكن الصبر له إلاّ بالصبر به، كما قال تعالى : ﴿وَاصْبِرْ﴾ [النحل : ١٢٧] فأمره بالصبر، والمأمور به هو الذي يفعل لأجله، ثم قال :﴿وَمَا صَبْرُكَ إِلاَّ بِاللَّهِ﴾ [النحل : ١٢٧] فهذه جملة خبرية غير الجملة الطلبية التي تقدمتها، أخبر فيها أنه لا يمكنه الصبر إلاّ به .

... فالصبر وإن كان شاقاً كريهاً على النفوس فتحصيله ممكن، وهو يتركب من مفردين : العلم والعمل، فمنهما تركب جميع الأدوية التي تداوى بها القلوب والأبدان، فلا بد من جزء علمي وجزء عملي فمنهما يركب هذا الدواء الذي هو أنفع الأدوية .

فأما الجزء العلمي فهو إدراك ما في المأمور من الخير والنفع واللذة والكمال، وإدراك ما في المحظور من الشر والضر والنقص، فإذا أدرك هذين العلمين كما ينبغي، أضاف إليهما العزيمة الصادقة والهمة العالية والنخوة والمروءة الإنسانية وضم هذا الجزء إلى هذا الجزء، فمتى فعل ذلك حصل له الصبر وهانت عليه مشاقه، وحلت له مرارته، وانقلب ألمه لذة .

... والإيمان نصفان : نصف صبر ونصف شكر، قال غير واحد من السلف :(الصبر نصف الإيمان) ؛ وقال عبدالله بن مسعود رضي الله عنه: (الإيمان نصفان : نصف صبر ونصف شكر) ولهذا جمع الله سبحانه بين الصبر والشكر في قوله : ﴿إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّكُلِّ صَبَّارٍ شَكُورٍ﴾ [إبراهيم: ٥، لقمان :٣١ ، سبأ :١٩، الشورى :٣٣].

... **ويضاد الصبر الهلع**، وهو الجزع عند ورود المصيبة، والمنع عند ورود النصيحة، قال تعالى : ﴿إنَّ الإنسانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إذا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وإذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا﴾ [المعارج: ١٩ - ٢١] .

... وإذا أردت معرفة الهلوع فهو الذي إذا أصابه الجوع مثلاً أظهر الاستجاعة وأسرع بها، وإذا أصابه الألم أسرع الشكاية وأظهرها، وإذا أصابه القهر أظهر الاستطامة والاستكانة وباء بها سريعاً ؛ وإذا أصابه الجوع أسرع الانطراح على جنبه وأظهر الشكاية، وإذا بدا له مأخذ طمع طار إليه سريعاً، وإذا ظفر به أحله من نفسه محل الروح فلا احتمال ولا أفضال وهذا كله من صغر النفس ودناءتها وتدسيسها في البدن وإخفائها وتحقيرها) [١٣٤] .

وينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن منزلة أخرى من منازل الصالحين وهي **منزلة الشكر** فيقول :

(وهو نصف الإيمان - كما تقدم - والإيمان نصفان : نصف شكر. ونصف صبر. وقد أمر اللّه به. ونهى عن ضده، وأثنى على أهله. ووصف به خواص خلقه. وجعله غاية خلقه وأمره. ووعد أهله بأحسن جزائه. وجعله سبباً للمزيد من فضله. وحارساً وحافظاً لنعمته. وأخبر أن أهله هم المنتفعون بآياته. واشتق لهم اسماً من أسمائه. فإنه سبحانه هو (الشكور) وهو يوصل الشاكر إلى مشكوره بل يعيد الشاكر مشكوراً. وهو غاية الرب من عبده. وأهله هم القليل من عباده. قال اللّه تعالى: ﴿وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ﴾ [النحل: ١١٤] وقال : ﴿وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾﴾ [البقرة: ١٥٢] وقال عن خليله إبراهيم: ﴿إِنَّ إِبْرَاهِيمَ كَانَ أُمَّةً قَانِتًا لِّلَّهِ حَنِيفًا وَلَمْ يَكُ مِنَ الْمُشْرِكِينَ ﴿١٢٠﴾ شَاكِرًا لِّأَنْعُمِهِ﴾ [النحل: ١٢٠، ١٢١].

... وكذلك حقيقته في العبودية. وهو ظهور أثر نعمة اللّه على لسان عبده: ثناءً واعترافاً. وعلى قلبه: شهوداً ومحبة. وعلى جوارحه : انقياداً وطاعة. و (الشكر) مبني على خمس قواعد : خضوع الشاكر للمشكور. وحبه له. واعترافه بنعمته. وثناؤه عليه بها. وأن لا يستعملها فيما يكره) [١٢٥] .

وعن منزلة الإيثار قال ابن قيم الجوزية :

(قال اللّه تعالى : ﴿وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَن يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ [الحشر : ٩] .

فالإيثار ضد الشح. فإن المؤثر على نفسه تارك لما هو محتاج إليه .

والشحيح : حريص على ما ليس بيده. فإذا حصل بيده شيء شح عليه، وبخل بإخراجه .

... وسمى بمنزلة (الإيثار) لأنه أعلى مراتبه، فإن المراتب ثلاث :

إحداها : أن لا ينقصه البذل، ولا يصعب عليه، فهو منزلة (السخاء)

الثانية : أن يعطي الأكثر، ويبقي له شيئاً، أو يبقي مثل ما أعطى.

فهو (الجود).

الثالثة : أن يؤثر غيره بالشيء مع حاجته إليه، وهو مرتبة (الإيثار) و عكسها(الأثرة) وهو استئثاره عن أخيه بما هو محتاج إليه. وهي المرتبة التي قال فيها رسول اللّه صلى الله عليه وسلم للأنصار : « **إنكم ستلقون بعدي أثرة. فاصبروا حتى تلقوني على الحوض** » والأنصار : هم الذين وصفهم اللّه بالإيثار في قوله : ﴿وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ﴾ [الحشر : ٩] فوصفهم بأعلى مراتب السخاء، وكان ذلك فيهم معروفاً) [١٢٦] .

وعن **منزلة السكينة** يقول ابن قيم الجوزية :

(هذه المنزلة من منازل المواهب، لا من منازل المكاسب. وقد ذكر اللّه سبحانه (السكينة) في كتابه في ستة مواضع :

- الأول : قوله تعالى : ﴿ **وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ إِنَّ آيَةَ مُلْكِهِ أَن يَأْتِيَكُمُ التَّابُوتُ فِيهِ سَكِينَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ** ﴾ [البقرة : ٢٤٨].

- الثاني : قوله تعالى : ﴿ **ثُمَّ أَنزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَىٰ رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ** ﴾ [التوبة : ٢٦].

- الثالث : قوله تعالى : ﴿ **إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَّمْ تَرَوْهَا** ﴾ [التوبة : ٤٠] .

- الرابع : قوله تعالى : ﴿ **هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَّعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا** ﴾ [الفتح : ٤].

- الخامس : قوله تعالى : ﴿ **لَقَدْ رَضِيَ اللَّهُ عَنِ الْمُؤْمِنِينَ إِذْ يُبَايِعُونَكَ تَحْتَ الشَّجَرَةِ فَعَلِمَ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَنزَلَ السَّكِينَةَ عَلَيْهِمْ وَأَثَابَهُمْ فَتْحًا قَرِيبًا** ﴾ [الفتح : ١٨].

- السادس : قوله تعالى : ﴿ **إِذْ جَعَلَ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْحَمِيَّةَ حَمِيَّةَ الْجَاهِلِيَّةِ فَأَنزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَىٰ رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ** ﴾ [الفتح : ٢٦].

وكان شيخ الإسلام ابن تيمية - رحمه اللّه - إذا اشتدت عليه الأمور : قرأ آيات السكينة .

... وأصل (السكينة) هي الطمأنينة والوقار، والسكون الذي ينزله اللّه في قلب عبده، عند اضطرابه من شدة المخاوف. فلا ينزعج بعد ذلك لما يرد عليه. ويوجب له زيادة الإيمان، وقوة اليقين والثبات)[١٣٧] .

وينتقل بالحديث عن منزلة الطمأنينة فيقول ابن قيم الجوزية :

(منزلة (**الطمأنينة**) قال اللّه تعالى : ﴿**الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**﴾ [**الرعد** : ٢٨] وقال تعالى : ﴿**يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (٢٨) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (٢٩) وَادْخُلِي جَنَّتِي**﴾ [**الفجر** : ٢٧ - ٣٠] (الطمأنينة) سكون القلب إلى الشيء. وعدم اضطرابه وقلقه. ومنه الأثر المعروف « الصدق طمأنينة، والكذب ريبة » أي الصدق يطمئن إليه قلب السامع. ويجد عنده سكوناً إليه. والكذب يوجب له اضطراباً وارتياباً. ومنه قوله صلى الله عليه وسلم : « **البر ما اطمأن إليه القلب** » أي سكن إليه وزال عنه اضطرابه وقلقه .

... وجعل اللّه سبحانه الطمأنينة في قلوب المؤمنين ونفوسهم، وجعل الغبطة والمدحة والبشارة بدخول الجنة لأهل الطمأنينة، فطوبى لهم وحسن مآب .

وفي قوله تعالى : ﴿**يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ**﴾ [**الفجر** : ٢٧ - ٢٨] دليل على أنها لا ترجع إليه إلاّ إذا كانت مطمئنة. فهناك ترجع إليه. وتدخل في عباده، وتدخل جنته. وكان من دعاء بعض السلف: (اللهم هب لي نفساً مطمئنة إليك) (١٣٨) .

وينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن منزلة الخشوع فيقول :

(**منزلة (الخشوع)** قال اللّه تعالى : ﴿**أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَن تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ**﴾ [**الحديد** : ١٦]

... والخشوع قيام القلب بين يدي الرب بالخضوع والذل، والجمعية عليه.

... وقيل الخشوع خمود نيران الشهوة. وسكون دخان الصدور. وإشراق نور التعظيم في القلب .

وقال الجنيد : الخشوع تذلل القلوب لعلام الغيوب .

واجتمع العارفون على أن الخشوع محله القلب، وثمرته على الجوارح، وهي تظهره. ورأى النبي صلى الله عليه وسلم رجلاً يعبث بلحيته في الصلاة، فقال : « **لو خشع قلب هذا لخشعت جوارحه** ». وقال النبي صلى الله عليه وسلم :« **التقوى ههنا** – وأشار إلى صدره – ثلاث مرات». وقال بعض العارفين : حسن أدب الظاهر عنوان أدب الباطن .

... وقال سهيل : من خشع قلبه لم يقرب منه الشيطان)[١٣٩] .

ويقول ابن قيم الجوزية عن منزلة الخوف :

(**منزلة الخوف** وهي من أجل منازل الطريق وأنفعها للقلب، وهي فرض على كل أحد، قال اللَّه تعالى : ﴿ **فَلا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ** ﴾ [**آل عمران** : ١٧٥] وقال تعالى : ﴿ **وَإِيَّايَ فَارْهَبُونِ** ﴾ [**البقرة** : ٤٠] وقال: ﴿ **فَلا تَخْشَوُا النَّاسَ وَاخْشَوْنِ** ﴾ [**المائدة** : ٤٤] ومدح أهله في كتابه وأثنى عليهم، فقال : ﴿ **أُوْلَئِكَ يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ** ﴾ [**المؤمنون** : ٥٧ – ٦١] .

... والوجل والخوف والخشية والرهبة ألفاظ متقاربة غير مترادفة. قال أبو القاسم الجنيد : الخوف توقع العقوبة على مجاري الأنفاس .

... فالخوف حركة، والخشية انجماع، وانقباض وسكون. فإن الذي يرى العدو والسيل ونحو ذلك : له حالتان :

إحداهما : حركة للهرب منه، وهي حالة الخوف .

والثانية : سكونه وقراره في مكان لا يصل إليه فيه. وهي الخشية. ومنه : انخشى الشيء، والمضاعف والمعتل أخوان. كتقضي البازي وتقضض ... فالخائف هارب من ربه إلى ربه .

قال أبو سليمان : ما فارق الخوف قلباً إلآ خرب. وقال إبراهيم بن سفيان : إذا سكن الخوف القلوب أحرق مواضع الشهوات منها. وطرد الدنيا عنها .

... والخوف ليس مقصوداً لذاته، بل هو مقصود لغيره قصد الوسائل. ولهذا يزول بزوال المخوف، فإن أهل الجنة لا خوف عليهم ولا هم يحزنون. والخوف يتعلق بالأفعال، والمحبة تتعلق بالذات والصفات. ولهذا تتضاعف محبة المؤمنين لربهم إذا دخلوا دار النعيم. ولا يلحقهم فيها خوف. ولهذه كانت منزلة المحبة ومقامها أعلى وأرفع من منزلة الخوف ومقامه .

والخوف المحمود الصادق : ما حال بين صاحبه وبين محارم اللّه عز وجل فإذا تجاوز ذلك خيف منه اليأس والقنوط) (١٤٠) .

وينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن منزلة السرور والفرح فيقول :

(والفرح لذة تقع في القلب بإدراك المحبوب، ونيل المشتهى. فيتولد من إدراكه حالة تسمى الفرح والسرور ... وذكر سبحانه الأمر بالفرح بفضله وبرحمته عقيب قوله : ﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ**﴾ [يونس : ٥٧] ولا شيء أحق أن يفرح العبد به من فضل اللّه ورحمته، التي تتضمن الموعظة، وشفاء الصدور من أدوائها بالهدى والرحمة ... وما آتاها من ربها الهدى الذي يتضمن ثلج الصدور باليقين، وطمأنينة القلب به، وسكون النفس إليه، وحياة الروح به. والرحمة التي تجلب لها كل خير ولذة. وتدفع عنها كل شر مؤلم)(١٤١) .

وينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن منزلة المحبة فيقول :

(**منزلة المحبة** وهي المنزلة التي فيها يتنافس المتنافسون. وإليها شخص العاملون. وإلى علمها شمر السابقون. وعليها تفانى المحبون، وبروح نسيمها تروح العابدون. فهي قوت القلوب. وغذاء الأرواح، وقرة العيون. وهي الحياة التي من حرمها فهو من جملة الأموات. والنور الذي من فقده فهو في بحار الظلمات، والشفاء الذي من عدمه حلت بقلبه جميع الأسقام. واللذة التي من لم يظفر بها فعيشه كله هموم وآلام. وهي روح الإيمان والأعمال، والمقامات والأحوال. التي متى خلت منها فهي كالجسد الذي لا روح فيه .

... إذا غرست شجرة المحبة في القلب، وسقيت بماء الإخلاص ومتابعة الحبيب أثمرت أنواع الثمار. وآتت أكلها كل حين بإذن ربها. أصلها ثابت في قرار القلب، وفرعها متصل بسدرة المنتهى) [١٤٢] .

وينتقل ابن قيم الجوزية للحديث عن منزلة التمكن فيقول :

(**التمكن**: فوق الطمأنينة، وهو الإشارة إلى غاية الاستقرار. والتمكن هو القدرة على التصرف في الفعل والترك. ويسمى (مكانة) أيضاً، قال اللّه تعالى : ﴿ **قُلْ يَا قَوْمِ اعْمَلُوا عَلَىٰ مَكَانَتِكُمْ إِنِّي عَامِلٌ** ﴾ [**الأنعام**: ١٣٥] .

... إنما كان فوق الطمأنينة لأنها تكون مع نوع من المنازعة، فيطمئن القلب إلى ما يسكنه. وقد يتمكن فيه وقد لا يتمكن. ولذلك كان (التمكن) هو غاية الاستقرار. وهو تفعل من المكان. فكأنه قد صار مقامه مكاناً لقلبه قد تبوأه منزلاً ومستقراً)[١٤٣] .

أساليب وقاية وعلاج :

ذكرنا في ما سبق بعض الأمراض القلبية والنفسية ومع بعضها علاج لها من كلام ابن قيم الجوزية، ونورد فيما يلي أساليب أوردها ابن قيم الجوزية تصلح لأن تكون وقاية وعلاج لعدد من أمراض القلوب والنفس والسلوك .

- ففي سر التأذين في أذن المولود من الوقاية يقول ابن قيم الجوزية :

(عن أبي رافع قال : رأيت رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : « أذن في أذن الحسن بن علي حين ولدته فاطمة » رواه أبو داود والترمذي وقالا حديث صحيح .

... وسر التأذين، والله أعلم : أن يكون أول ما يقرع سمع الإنسان كلماته المتضمنة لكبرياء الرب وعظمته، والشهادة التي أول ما يدخل بها في الإسلام، فكان ذلك كالتلقين له شعار الإسلام عند دخوله إلى الدنيا، كما يلقن كلمة التوحيد عند خروجه منها، وغير مستنكر وصول أثر التأذين إلى قلبه وتأثره به وإن لم يشعر مع ما في ذلك من فائدة أخرى، وهي هروب الشيطان من كلمات الأذان، وهو كان يرصده حتى يولد، فيقارنه للمحنة التي قدرها اللّه وشاءها، فيسمع شيطانه ما يضعفه ويغيظه أول أوقات تعلقه به) [١٤٤] .

- ومن اللطائف التي يوردها ابن قيم الجوزية وتدخل في مجال الوقاية موضوع **ارتباط معنى الاسم بالمسمى**، فإذا كان يدل على السعادة كانت بشرى لصاحبها بالسعادة وإذا كان الاسم يدل على الحزن فإن لصاحبه من هذا الحزن نصيب في حياته .

(في بيان ارتباط معنى الاسم بالمسمى وقد تقدم ما يدل على ذلك من وجوه، أحدها : قول سعيد بن المسيب : ما زالت فينا تلك الحزونة، وهي التي حصلت من تسمية الجد بحزن ... ومنع النبي عليه الصلاة والسلام من كان اسمه حرباً أو مرة أن يجلب الشاة التي أراد حلبها ... والله سبحانه بحكمته في قضائه وقدره يلهم النفوس أن تضع الأسماء على حسب مسمياتها، لتناسب حكمته تعالى بين اللفظ ومعناه، كما تناسب بين الأسباب ومسبباتها ... وقد تقدم قوله عليه السلام: «**أسلم سالمها الله، وغفار غفر الله لها، وعصية عصت الله ورسوله**» .

... وبالجملة فالأخلاق والأعمال والأفعال القبيحة تستدعي أسماء تناسبها، وأضدادها تستدعي أسماء تناسبها وكما أن ذلك ثابت في أسماء الأوصاف، فهو كذلك في أسماء الأعلام) [١٤٥] .

- ومما يدخل في جانب الوقاية الحرص على التنشئة الاجتماعية الصالحة للطفل وتعويده على الأخلاق الحميدة وإبعاده عن مجالس السوء حتى لا ينحرف يقول في ذلك ابن قيم الجوزية :

(ومما يحتاج إليه الطفل غاية الاحتياج الاعتناء بأمر خلقه، فإنه ينشأ كما عوده المربي في صغره من حزن وغضب ولجاج وعجلة وخفة مع هواه، وطيش وحدة وجشع، فيصعب عليه في كبره تلافي ذلك، وتصير هذه الأخلاق صفات وهيئات راسخة له، فلو حرز منها غاية التحرز فضحته ولا بد يوماً ما، ولهذا تجد أكثر الناس منحرفة أخلاقهم وذلك من قبل التربية التي نشأ عليها. وكذلك يجب أن يجتنب الصبي إذا عقل : مجالس اللهو والباطل، والغناء وسماع الفحش والبدع ومنطق السوء، فإنه إذا علق بسمعه عسر عليه مفارقته في الكبر، وعز على وليه استنقاذه منه، فتغيير العوائد من أصعب الأمور، يحتاج صاحبه إلى استجداد طبيعة ثانية، والخروج عن حكم الطبيعة عسر جداً) [١٤٦] .

● ويبين ابن قيم الجوزية أن **تخلف صلاح واستقامة الإنسان** من سببين هما :

(كمال العبد وصلاحه يتخلف عنه من إحدى جهتين : إما أن تكون طبيعته يابسة قاسية غير لينة ولا منقادة ولا قابلة لما به كمالها وفلاحها، وإما أن تكون لينة منقادة سلسة القياد، لكنها غير ثابتة على ذلك، بل سريعة الانتقال عنه كثيرة التقلب، فمتى رزق العبد انقياداً للحق وثباتاً عليه فليبشر، فقد بشر بكل خير وذلك فضل اللَّه يؤتيه من يشاء) (١٤٧).

● ومن العلاج أن يعرف الإنسان أن **المصائب والبلايا** قد تكون نقمة وقد تكون نعمة وذلك يتوقف على العبد وكيف يتلقى تلك المصيبة، يقول ابن قيم الجوزية:

(إذا ابتلى اللَّه عبده بشيء من أنواع البلايا والمحن فإن رده ذلك الابتلاء والمحن إلى ربه وجمعه عليه وطرحه ببابه فهو علامة سعادته وإرادة الخير به .

والشدة بتراء لا دوام لها وإن طالت، فتقلع عنه حين تقلع وقد عوض منها أجل عوض وأفضله، وهو رجوعه إلى اللَّه بعد أن كان شارداً عنه، وإقباله عليه بعد أن كان نائياً عنه وانطراحه على بابه بعد أن كان معرضاً، وللوقوف على أبواب غيره متعرضاً. وكانت البلية في حق هذا عين النعمة، وإن ساءته وكرهها طبعه ونفرت منها نفسه فربما كان مكروه النفوس إلى محبوبها سبباً ما مثله سبب وقوله تعالى في ذلك : هو الشفاء والعصمة: ﴿ **وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لا تَعْلَمُونَ** ﴾ [البقرة: ٢١٦] وإن لم يرده ذلك البلاء إليه بل شرد قلبه عنه ورده إلى الخلق وأنساه ذكر ربه والضراعة إليه والتذلل بين يديه والتوبة والرجوع إليه فهو علامة شقاوته وإرادته الشر به، فهذا إذا أقلع عنه البلاء رده إلى حكم طبيعته وسلطان شهوته ومرحه وفرحه، فجاءت طبيعته عند القدرة بأنواع الأشر

والبطر والإعراض عن شكر المنعم عليه بالسراء كما أعرض عن ذكره والتضرع إليه في الضراء فبليه هذا وبال عليه وعقوبة ونقص في حقه، وبلية الأول تطهير له ورحمة وتكميل) (١٤٨).

- ومن أساليب الوقاية **الاستمرار على طاعة اللّه** وعدم النكوص عنها، ويحذر ابن قيم الجوزية من النكوص عن طاعة اللّه لأن ذلك طريق الشقاء وفقدان لطريق السعادة فيقول :

(فأي قلب يذوق حلاوة معرفة اللّه ومحبته ثم يركن إلى غيره ويسكن إلى سواه ؟ هذا ما لا يكون أبداً .

ومن ذاق شيئاً من ذلك وعرف طريقاً موصلة إلى اللّه ثم تركها وأقبل على إرادته وراحاته وشهواته ولذاته وقع في آثار المعاطب وأودع قلبه سجون المضايق وعذب في حياته عذاباً لم يعذب به أحد من العالمين، فحياته عجز وغم وحزن، وموته كدر وحسرة، ومعاده أسف وندامة، قد فرط عليه أمره وشتت عليه شمله، وأحضر نفسه الغموم والأحزان، فلا لذة الجاهلين ولا راحة العارفين، يستغيث فلا يغاث ويشتكي فلا يشكى فقد ترحلت أفراحه وسروره مدبرة وأقبلت آلامه، وأحزانه وحسراته، فقد أبدل بأنسه وحشة وبعزه ذلا وبغناه فقراً وبجمعيته تشتيتاً، وأبعدوه فلم يظفر بقربهم، وأبدلوه مكان الإنس إيحاشاً، ذلك بأنه عرف طريقه إلى اللّه ثم تركها ناكباً عنها مكبا على وجهه) (١٤٩) .

- ومن أساليب الوقاية من الانحراف **عدم ترك المجال لورود الخواطر السيئة** على النفس لأن ذلك بداية الطريق، ومن هنا رأى ابن قيم الجوزية قطع الطريق من أوله هو سبيل السلامة :

(**حراسة الخواطر وحفظها**، والحذر من إهمالها والاسترسال معها، فإن أصل الفساد كله من قبلها يجيء، لأنها هي بذر الشيطان، والنفس في أرض القلب، فإذا تمكن بذرها تعاهدها الشيطان بسقيه حتى تكون عزائم، ثم لا يزال بها حتى تثمر الأعمال ولا ريب أن دفع الخواطر أيسر من دفع الإرادات والعزائم، فيجد العبد نفسه عاجزاً أو كالعاجز عن دفعها بعد أن صارت إرادة جازمة، وهو المفرط إذا لم يدفعها وهي خاطر ضعيف، كمن تهاون بشرارة من نار وقعت في حطب يابس فلما تمكنت منه عجز عن إطفائها)[(١٥٠)] .

- ومن وسائل الوقاية والعلاج **الصبر** على ما يصيب الإنسان، ولكن ما هي الأسباب التي ينشأ منها الصبر على البلاء ؟

والجواب نجده من ابن قيم الجوزية حيث يقول :

(والصبر على البلاء ينشأ من أسباب عديدة :

- أحدها : شهود جزائها وثوابها .

- الثاني : شهود تكفيرها للسيئات ومحوها لها .

- الثالث : شهود القدر السابق الجاري بها، وأنها مقدرة في أم الكتاب قبل أن يخلق فلابد منها، فجزعه لا يزيده إلاّ بلاءً .

- الرابع : شهوده حق اللّه عليه في تلك البلوى، وواجبه فيها الصبر بلا خوف بين الأمة، أو الصبر والرضا على أحد القولين، فهو مأمور بأداء حق اللّه وعبوديته عليه في تلك البلوى، فلابد له منه وإلاّ تضاعفت عليه .

- الخامس : شهود ترتبها عليه بذنبه، كما قال اللّه تعالى : ﴿ وما أصابكم من مصيبة فبما كسبت أيديكم ﴾ [الشورى : ٣٠] فهذا عام في كل مصيبة دقيقة وجليلة، فشغله شهود هذا السبب بالاستغفار الذي هو أعظم الأسباب في دفع تلك المصيبة قال علي بن أبي طالب : ما نزل بلاء إلاّ بذنب، ولا رفع بلاء إلاّ بتوبة .

- السادس : أن يعلم أن اللّه قد ارتضاها له واختارها وقسمها وأن العبودية تقتضي رضاه بما رضي له به سيده ومولاه، فإن لم يوف قدر المقام حقه فهو لضعفه، فلينزل إلى مقام الصبر عليها، فإن نزل عنه نزل إلى مقام الظلم وتعدي الحق .

- السابع : أن يعلم أن هذه المصيبة هي دواء نافع ساقه إليه الطبيب العليم بمصلحته الرحيم به، فليصبر على تجرعه، ولا يتقيأه بتسخطه وشكواه فيذهب نفعه باطلا .

- الثامن : أن يعلم أن في عقبى هذا الدواء من الشفاء والعافية والصحة وزوال الألم ما لم تحصل بدونه. فإذا طالعت نفسه كراهة هذا الدواء ومرارته فلينظر إلى عاقبته وحسن تأثيره. قال تعالى : ﴿ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لا تَعْلَمُونَ ﴾ [البقرة : ٢١٦] وقال اللّه تعالى : ﴿ فَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ﴾ [النساء : ١٩] وفي مثل هذا القائل :

لعل عتبك محمود عواقبه   وربما صحت الأجسام بالعلل

- التاسع : أن يعلم أن المصيبة ما جاءت لتهلكه وتقتله، وإنما جاءت لتمتحن صبره وتبتليه، فيتبين حينئذ هل يصلح لاستخدامه وجعله من أوليائه وحزبه أم لا ؟

- العاشر : أن يعلم أن اللّه يربي عبده على السراء والضراء، والنعمة والبلاء، فيستخرج منه عبوديته في جميع الأحوال، فإن العبد على الحقيقة من قام بعبودية اللّه على اختلاف الأحوال) [١٥١] .

- ومن الوقاية سلامة الإنسان من الشر وحصوله على الخير واستمرار هذا الخير، وهذه الثلاثة متضمنة بتحية المسلمين وهي تحية أهل الجنة السلام عليكم ورحمة اللّه وبركاته، يقول ابن قيم الجوزية :

(ما الحكمة في اقتران الرحمة والبركة بالسلام ؟ (فالجواب عنه) أن يقال : لما كان الإنسان لا سبيل له إلى انتفاعه بالحياة إلاّ بثلاثة أشياء : أحدها : سلامته من الشر ومن كل ما يضاد حياته وعيشه. والثاني: حصول الخير له. والثالث: دوامه وثباته له، فإن بهذه الثلاثة يكمل انتفاعه بالحياة، شرعت التحية متضمنة للثلاثة فقوله سلام عليكم يتضمن السلامة من الشر وقوله ورحمة الله يتضمن حصول الخير وقوله وبركاته يتضمن دوامه وثباته، كما هو موضوع لفظ البركة وهو كثرة الخير واستمراره) [١٥٢].

- ومن أساليب الوقاية والعلاج دفع **القدر بالقدر** حيث يقول عنه ابن قيم الجوزية :

(ولا تتم مصالح العباد في معاشهم إلاّ بدفع الأقدار بعضها ببعض، فكيف في معادهم ؟

والله تعالى أمر أن تدفع السيئة - وهي من قدره - بالحسنة - وهي من قدره - وكذلك الجوع من قدره، وأمر بدفعه بالأكل الذي هو من قدره.

... وقد أفصح النبي صلى الله عليه وسلم عن هذا المعنى كل الإفصاح إذ قالوا : « يا رسول اللّه، أرأيت أدوية نتداوى بها، ورقى نسترقي بها، وتقى نتقي بها، هل ترد من قدر اللّه شيئاً ؟ قال : **هي من قدر اللّه**».

وفي الحديث الآخر: « **إن الدعاء والبلاء ليعتلجان بين السماء والأرض**»...

... ودفع القدر بالقدر نوعان :

- أحدهما : دفع القدر الذي قد انعقدت أسبابه - ولما يقع - بأسباب أخرى من القدر تقابله، فيمتنع وقوعه. كدفع العدو بقتاله، ودفع الحر والبرد ونحوه .

- الثاني : دفع القدر الذي وقع واستقر بقدر آخر يرفعه ويزيله، كدفع قدر المرضى بقدر التداوي) (١٥٣) .

- من أساليب العلاج **التوبة النصوح** التي تعيد للنفس السكينة والطمأنينة ولكن لابد من توفر شروطها حيث يقول ابن قيم الجوزية:

فحقيقة التوبة : هي الندم على ما سلف منه في الماضي، والإقلاع عنه في الحال، والعزم على أن لا يعاوده في المستقبل .

والثلاثة تجتمع في الوقت الذي تقع فيه التوبة. فإنه في ذلك الوقت يندم، ويقلع، ويعزم .

فحينئذ يرجع إلى العبودية التي خلق لها. وهذا الرجوع هو حقيقة التوبة. ولما كان متوقفاً على تلك الثلاثة جعلت شرائط له) (١٥٤) .

- ومن العلاج **الدعاء** وهو من أنفع الأدوية حيث يقول ابن قيم الجوزية عنه :

والدعاء من أنفع الأدوية، وهو عدو البلاء، يدافعه ويعالجه، ويمنع نزوله، ويرفعه، أو يخففه إذا نزل، وهو سلاح المؤمن. كما روى الحاكم في صحيحه من حديث علي بن أبي طالب رضي اللّه عنه قال : قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : « **الدعاء سلاح المؤمن، وعماد الدين، ونور السماوات والأرض**».

وله مع البلاء ثلاث مقامات :

- أحدها : أن يكون أقوى من البلاء فيدفعه .

- الثاني : أن يكون أضعف من البلاء فيقوى عليه البلاء، فيصاب به العبد، ولكن قد يخففه، وإن كان ضعيفاً .

- الثالث : أن يتقاوما ويمنع كل واحد منهما صاحبه)[١٥٥] .

وقد يقول قائل ما هي أسباب تخلف إجابة الدعاء؟ فيجيب ابن قيم الجوزية قائلاً :

(وكذلك الدعاء، فإنه من أقوى الأسباب في دفع المكروه وحصول المطلوب، ولكن قد يتخلف عنه أثره، إما لضعف في نفسه - بأن يكون دعاء لايحبه اللّه، لما فيه من العدوان - وإما لضعف القلب وعدم إقباله على اللّه وجمعيته عليه وقت الدعاء، فيكون بمنزلة القوس الرخو جدا، فإن السهم يخرج منه خروجاً ضعيفاً، وإما لحصول المانع من الإجابة : من أكل الحرام، والظلم، ورين الذنوب على القلوب، واستيلاء الغفلة والسهو واللهو وغلبتها عليها) [١٥٦] .

- ويؤكد ابن قيم الجوزية أن القرآن الكريم والغناء لا يجتمعان في قلب المسلم لما بينهما من التضاد، فكل واحد منهما يدعو إلى طريق مخالف لطريق الأخرى. فمن الوقاية تجنب الغناء **و التزام القرآن الكريم** فهو وقاية وشفاء .

(فإن القرآن والغناء لا يجتمعان في القلب أبداً. لما بينهما من التضاد. فإن القرآن ينهى عن اتباع الهوى، ويأمر بالعفة، ومجانبة شهوات النفوس،

وأسباب الغي، وينهى عن اتباع خطوات الشيطان، والغناء يأمر بضد ذلك كله، ويحسنه، ويهيج النفوس للغي. فيثير كامنها، ويزعج قاطنها، ويحركها إلى كل قبيح، ويشوقها إلى وصل كل مليحة ومليح. فهو والخمر رضيعا لبان، وفي تهييجهما على القبائح فرسا رهان. فإنه صنو الخمر ورضيعه ونائبه وحليفه، وخدينه وصديقه. عقد الشيطان بينهما عقد الإخاء الذي لا يفسخ، وأحكم بينهما شريعة الوفاء التي لا تنسخ)[١٥٧].

- أهم وسيلة للعلاج لدى المسلمين هو القرآن الكريم لجميع الأمراض القلبية والبدنية، وقد يكون لوحده، وقد يجمع مع أنواع العلاجات الأخرى كالأدوية وغيرها، يقول ابن قيم الجوزية :

(قال اللّه تعالى: ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴾ [الإسراء : ٨٢]، والصحيح أن (من) هاهنا، لبيان الجنس لا للتبعيض، وقال تعالى :﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ ﴾ [يونس : ٥٧].

فالقرآن هو الشفاء التام من جميع الأدواء القلبية والبدنية، وأدواء الدنيا والآخرة، وما كل أحد يؤهل ولا يوفق للاستشفاء به، وإذا أحسن العليل التداوي به، ووضعه على دائه بصدق وإيمان، وقبول تام، واعتقاد جازم، واستيفاء شروطه، لم يقاومه الداء أبداً. وكيف تقاوم الأدواء كلام رب الأرض والسماء الذي لو نزل على الجبال، لصدعها، أو على الأرض لقطعها، فما من مرض من أمراض القلوب والأبدان إلاّ في القرآن سبيل الدلالة على دوائه وسببه، والحمية منه لمن رزقه اللّه فهماً في كتابه، وقد تقدم في أول الكلام على الطب بيان إرشاد القرآن العظيم إلى أصوله ومجامعه التي هي حفظ الصحة والحمية، واستفراغ المؤذي، والاستدلال بذلك على سائر أفراد هذه الأنواع .

وأما الأدوية القلبية، فإنه يذكرها مفصلة، ويذكر أسباب أدوائها وعلاجها. قال : ﴿أَوَ لَمْ يَكْفِهِمْ أَنَّا أَنزَلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ يُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ﴾ [العنكبوت:٥١] فمن لم يشفه القرآن، فلا شفاه اللّه، ومن لم يكفه، فلا كفاه اللّه) [١٥٨] .

ويورد ابن قيم الجوزية مثالاً حيا من سيرة أحد السلف يذكر فيه أنه مرض فقرأ آية الكرسي فبرأ مما أصابه .

(قال عبيد اللّه بن أبي جعفر : اشتكيت شكوى فجهدت منها فكنت أقرأ آية الكرسي فنمت فإذا رجلان قائمان بين يدي فقال أحدهما لصاحبه أن يقرأ آية فيها ثلاثمائة وستون رحمة أفلا يصيب هذا المسكين فيها رحمة واحدة ؟ فاستيقظت فوجدت خفة) [١٥٩] .

- ومن الوقاية والعلاج المداومة على قراءة سورتي المعوذتين (قل أعوذ برب الفلق) و (قل أعوذ برب الناس) لما ثبت من نفعهما للمسلم من كافة الأمراض .

(والمقصود الكلام على هاتين السورتين وبيان عظيم منفعتهما وشدة الحاجة بل الضرورة إليهما وأنه لا يستغني عنهما أحد قط وإن لهما تأثيراً خاصا في دفع السحر والعين وسائر الشرور وإن حاجة العبد إلى الاستعاذة بهاتين السورتين أعظم من حاجته إلى النفس والطعام والشراب واللباس .

... في هاتين السورتين الشر الذي يصيب العبد، لا يخلو من قسمين إما ذنوب وقعت منه يعاقب عليها فيكون وقوع ذلك بفعله وقصده وسعيه، ويكون هذا الشر هو الذنوب وموجباتها وهو أعظم الشرين وأدومهما وأشدهما اتصالاً بصاحبه، وإما شر واقع به من غيره وذلك الغير، إما

مكلف أو غير مكلف، والمكلف إما نظيره وهو الإنسان أو ليس نظيره وهو الجني، وغير المكلف مثل الهوام وذوات الحمى وغيرها . فتضمنت هاتان السورتان الاستعاذة من هذه الشرور كلها بأوجز لفظ وأجمعه وأدله على المراد وأعمه، استعاذ منه فيهما . فإن سورة الفلق تضمنت الاستعاذة من أمور أربعة . أحدها شر المخلوقات التي بها شر عموماً . الثاني شر الغاسق إذا وقب. الثالث شر النفاثات في العقد . الرابع شر الحاسد إذا حسد .

... وسورة الناس تتضمن الاستعاذة من شر العيوب التي أصلها كلها الوسوسة) [١٦٠] .

● كما أن الفاتحة تشتمل على الشفاءين شفاء القلوب وشفاء الأبدان، يقول ابن قيم الجوزية عنها :

(فأما اشتمالها على شفاء القلوب : فإنها اشتملت عليه أتم اشتمال. فإن مدار اعتلال القلوب وأسقامها على أصلين : فساد العلم. وفساد القصد . ويترتب عليهما داءان قاتلان. وهما الضلال والغضب. فالضلال نتيجة فساد العلم. والغضب نتيجة فساد القصد . وهذان المرضان هما ملاك أمراض القلوب جميعها . فهداية الصراط المستقيم: تتضمن الشفاء من مرض الضلال. ولذلك كان سؤال هذه الهداية: أفرض دعاء على كل عبد . وأوجبه عليه كل يوم وليلة. في كل صلاة، لشدة ضرورته وفاقته إلى الهداية المطلوبة. ولا يقوم غير هذا السؤال مقامه .

والتحقق بـ ﴿ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴾ [الفاتحة : ٥] علماً ومعرفة، وعملاً وحالاً، يتضمن الشفاء من مرض فساد القلب والقصد ... فإن هذا الدواء مركب من ستة أجزاء (١) : عبودية اللّه لا غيره (٢) بأمره وشرعه (٣) لا بالهوى (٤) ولا بآراء الرجال وأوضاعهم، ورسومهم، وأفكارهم (٥) بالاستعانة على عبوديته به (٦) لا بنفس العبد وقوته وحوله ولا بغيره .

... وأما تضمنها لشفاء الأبدان : فنذكر منه ما جاءت به السنة ...
ففي الصحيح من حديث أبي المتوكل الناجي عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه أن ناساً من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم مروا بحي من العرب فلم يقروهم، ولم يضيفوهم. فلدغ سيد الحي. فأتوهم. فقالوا : هل عندكم من رقية، أو هل فيكم من راق ؟ فقالوا : نعم، ولكنكم لم تقرونا. فلا نفعل حتى تجعلوا لنا جعلاً، فجعلوا لهم على ذلك قطيعاً من الغنم، فجعل رجل منا يقرأ عليه بفاتحة الكتاب .

فقام كأن لم يكن به قلبة [ألم] فقلنا : لا تعجلوا حتى نأتي النبي صلى الله عليه وسلم فأتيناه، فذكرنا له ذلك. فقال: « **ما يدريك إنها رقية ؟ كلوا واضربوا لي معكم بسهم** » .

فقد تضمن هذا الحديث حصول شفاء هذا اللديغ بقراءة الفاتحة عليه. فأغنته عن الدواء. وربما بلغت من شفائه ما لم يبلغه الدواء)[١٦١] .

- وأخيراً نذكر من أساليب الوقاية والعلاج **التحرز من الشيطان** الذي هو عدو الإنسان منذ القدم، وذلك بملازمة ذكر اللّه تعالى والأخذ بالأسباب التي تساعد على الوقاية منه، حيث قال في هذا ابن قيم الجوزية :

(وقوله صلى الله عليه وسلم : « **وأمركم أن تذكروا اللّه تعالى، فإن مثل ذلك مثل رجل خرج العدو في أثره سراعاً، حتى إذا أتى إلى حصن حصين، فأحرز نفسه منهم، كذلك العبد لا يحرز نفسه من الشيطان إلاّ بذكر اللّه** ». فلو لم يكن في الذكر إلاّ هذه الخصلة الواحدة، لكان حقيقاً بالعبد أن لا يفتر لسانه من ذكر اللّه تعالى. وأن لا يزال لهجاً بذكره. فإنه لا يحرز نفسه من عدوه إلاّ بالذكر. ولا يدخل عليه العدو إلاّ من باب الغفلة. فهو يرصده. فإذا غفل وثب عليه وافترسه.

وإذا ذكر اللّه تعالى انخنس عدو اللّه تعالى وتصاغر وانقمع) [١٦٢].

(فيما يعتصم به العبد من الشيطان ويستدفع به شره ويحترز به منه وذلك عشرة أسباب :

- أحدها : الاستعاذة باللّه من الشيطان : قال تعالى : ﴿ وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴾ [الأعراف : ٢٠٠].

- ... الحرز الثاني : قراءة هاتين السورتين [المعوذتان] فإن لهما تأثيراً عجيباً في الاستعاذة باللّه من شره ودفعه والتحصن منه. ولهذا قال النبي صلى الله عليه وسلم : « **ما تعوذ المتعوذون بمثلهما** » .

- ...الحرز الثالث : قراءة آية الكرسي ففي الصحيح من حديث محمد بن سيرين عن أبي هريرة قال : وكلني رسول اللّه صلى الله عليه وسلم بحفظ زكاة رمضان فأتى آت فجعل يحثو من الطعام فأخذته فقلت : لأرفعنك إلى رسول اللّه صلى الله عليه وسلم فذكر الحديث، فقال : إذا أويت إلى فراشك فاقرأ آية الكرسي فإنه لن يزال عليك من اللّه حافظ ولا يقربك شيطان حتى تصبح. فقال النبي صلى الله عليه وسلم: «**صدقك وهو كذوب ذاك الشيطان** » .

- ... الحرز الرابع : قراءة سورة البقرة ففي الصحيح من حديث سهل عن عبداللّه عن أبي هريرة أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم قال: «**لا تجعلوا بيوتكم قبوراً وأن البيت الذي تقرأ فيه البقرة لا يدخله الشيطان**».

- الحرز الخامس : خاتمة سورة البقرة فقد ثبت في الصحيح من حديث أبي موسى الأنصاري قال : قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : « **من قرأ الآيتين من آخر سورة البقرة في ليله كفتاه** » وفي الترمذي عن النعمان بن بشير عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «**إن اللّه كتب كتاباً قبل أن يخلق الخلق بألفي عام أنزل منه آيتين ختم بهما**

سورة البقرة فلا يقرآن في دار ثلاث ليال فيقربها شيطان».

- الحرز السابع : لا إله إلاّ اللّه وحده لا شريك له، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير، مائه مرة ففي الصحيحين من حديث سالم مولى أبي بكر عن أبي صالح عن أبي هريرة أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم قال : « **من قال لا إله إلاّ اللّه وحده لا شريك له ، له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير، في يوم مائة مرة كانت له عدل عشر رقاب وكتبت له مائة حسنة ومحيت عنه مائة سيئة وكانت له حرزاً من الشيطان يومه ذلك حتى يمسي، ولم يأت أحد بأفضل مما جاء به إلاّ رجل عمل أكثر من ذلك** » .

- ... الحرز الثامن : وهو من أنفع الحروز من الشيطان، كثرة ذكر اللّه ... وهذا بعينه هو الذي دلت عليه سورة قل أعوذ برب الناس فإنه وصف الشيطان فيها بأنه الخناس، والخناس الذي إذا ذكر العبد اللّه انخنس وتجمع وانقبض، وإذا غفل عن ذكر اللّه التقم القلب وألقى إليه الوساوس التي هي مبادئ الشر كله فما أحرز العبد نفسه من الشيطان بمثل ذكر اللّه عز وجل.

- الحرز التاسع : الوضوء والصلاة، وهذا من أعظم ما يتحرز به منه ولا سيما عند توارد قوة الغضب والشهوة فإنها نار تغلي في قلب ابن آدم ... « **إن الشيطان خلق من نار وإنما تطفأ النار بالماء** » فما أطفأ العبد جمرة الغضب والشهوة بمثل الوضوء والصلاة .

- ... الحرز العاشر : إمساك فضول النظر والكلام والطعام ومخالطة الناس [الأشرار] فإن الشيطان إنما يتسلط على ابن آدم وينال منه غرضه من هذه الأبواب الأربعة) [١٦٣] .

هذا ما تيسر عرضه من آراء ابن قيم الجوزية وهي كثيرة جدا، ولكن ما قدمناه نماذج، لعل فيها الفائدة، ومن أراد المزيد فعليه بكتب ابن قيم الجوزية فهي متوفرة، وسيجد فيها - إن شاء اللّه - مبتغاه .

هوامش الفصل الخامس

(١) عطار، ليلى عبدالرشيد، آراء ابن الجوزي التربوية : دراسة وتحليلاً وتقويماً ومقارنة، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم التربية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ١٤١٢هـ، ص٣٨ - ٤١ .

(٢) رسالة إلى ولدي، رسالة في الحث على طلب العلم، ابن الجوزي، ص ٣٥.

(٣) المرجع السابق، ص ٣٦ - ٣٧ .

(٤) المرجع السابق، ص ٢١ .

(٥) كتاب الأذكياء، ابن الجوزي، ص ١٤ .

(٦) المرجع السابق، ص ١٤ .

(٧) صيد الخاطر، ابن الجوزي، ص ١٢٣ .

(٨) المرجع السابق، ص ١٢٨ .

(٩) المدهش، ابن الجوزي، ص ١٥١ - ١٥٢ .

(١٠) المرجع السابق، ص ١٦٠ .

(١١) تلبيس إبليس، ابن الجوزي، ص ٢٣ - ٢٤ .

(١٢) المرجع السابق، ص ٣٢ - ٣٣ .

(١٣) التذكرة في الوعظ، ابن الجوزي، ص ٥٤ .

(١٤) المرجع السابق، ص ٥٣ .

(١٥) المرجع السابق، ص ٢٦٤ .

(١٦) صيد الخاطر، ابن الجوزي، ص ٨٦ - ٢٨٧ .

(١٧) الطب الروحاني - ابن الجوزي، ص ٥٣ - ٥٤ .

(١٨) ذم الهوى، ابن الجوزي، ص ١٨ - ٢٠ .

(١٩) المرجع السابق، ص ٣٦ .

(٢٠) المرجع السابق، ص ٥٢ .

(٢١) المرجع السابق، ص ٥٦ - ٦٣ .

(٢٢) المرجع السابق، ص ص ٧٣ - ٧٩ - ٨٢ .

(٢٣) المرجع السابق، ص ١٢٠ - ١٢١.

(٢٤) المرجع السابق، ص ١٢٢ .

(٢٥) المرجع السابق، ص ٢٢٨ - ٢٢٩.

(٢٦) المرجع السابق، ص ٢٣٣ .

(٢٧) المرجع السابق، ص ٢٤٦ - ٢٤٧.

(٢٨) المرجع السابق ،ص ٤٣٧ - ٤٧٣.

(٢٩) الطب الروحاني، ابن الجوزي، ص ٢٢ .

(٣٠) المرجع السابق، ص ٢٣ - ٢٥ .

(٣١) المرجع السابق، ص ٢٦ .

(٣٢) المرجع السابق، ص ٢٧ - ٣٠ .

(٣٣) المرجع السابق، ص ٣١ - ٣٢ .

(٣٤) المرجع السابق، ص ٣٤ .

(٣٥) المرجع السابق، ص ٣٥ .

(٣٦) المرجع السابق، ص ٤٠ - ٤١ .

(٣٧) المرجع السابق، ص ٤٢ - ٤٣ .

(٣٨) المرجع السابق، ص ٤٤ - ٤٥ .

(٣٩) المرجع السابق ص ٥٠ .

(٤٠) المرجع السابق، ص ٥١ - ٥٢ .

(٤١) صيد الخاطر، ابن الجوزي، ص ٨٦ - ٨٧ .

(٤٢) المرجع السابق، ص ١٢٦ .

(٤٣) المرجع السابق، ص ٤٠٣ - ٤٠٤ .

(٤٤) التذكرة في الوعظ، ابن الجوزي، ص ٦٦ .

(٤٥) المرجع السابق، ص ١١٧ .

(٤٦) المرجع السابق، ص ٢٣٦ - ٢٣٧ .

(٤٧) الشفاء في مواعظ الملوك والخلفاء، ابن الجوزي، ص ٥٩ - ٤٥.

(٤٨) الثبات عند الممات، ابن الجوزي، ص ٣١ - ٢٩، ص ٣٩ - ٤٢ .

(٤٩) الفكر التربوي عند ابن تيمية، ماجد الكيلاني، ص ٦١ - ٨٥ .

(٥٠) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد السابع، ص ٢٦١ .

(٥١) ابن تيمية، العبودية، ص ١٠٨ .

(٥٢) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٦٤٨ .

(٥٣) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد السابع، ص ٢٢٩ .

(٥٤) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الثامن والعشرون، ص ٣٥ .

(٥٥) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الرابع، ص ٢٦ .

(٥٦) ابن تيمية، تزكية النفس، ص ٥٣ .

(٥٧) ابن تيمية، الحسنة والسيئة، ص ٥٤ - ٥٦ .

(٥٨) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الحاي عشر، ص ٥٤١ .

(٥٩) المرجع السابق، ص ١٠٨ .

(٦٠) المرجع السابق، ص ٥٥٧ - ٥٦٢ .

(٦١) ابن تيمية، الحسنة والسيئة، ص ٣٤ - ٣٥ .

(٦٢) ابن تيمية، اقتضاء الصراط المستقيم، ص ١٤ - ١٥ .

(٦٣) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٥٦٨ .

(٦٤) ابن تيمية، السياسة الشرعية في إصلاح الراعي والرعية، ص ٨٢.

(٦٥) ابن تيمية، الإيمان، ص ٣٥ .

(٦٦) المرجع السابق، ص ٥٩ .

(٦٧) ابن تيمية، التفسير الكبير، ص ١١ .

(٦٨) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٥٧٤ - ٥٧٥ .

(٦٩) المرجع السابق، ص ٢٥٥ .

(٧٠) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد السابع، ص ٢٣٠ .

(٧١) ابن تيمية، الحسنة والسيئة، ص ٦٠ .

(٧٢) ابن تيمية، التحفة العراقية في أعمال القلوب، ص ٣٠ - ٣١ .

(٧٣) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الخامس عشر، ص ٤٣٠ - ٤٣٢ .

(٧٤) ابن تيمية، العبودية، ص ١٢٥ .

(٧٥)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٣٢٥ - ٣٢٦ .

(٧٦)   ابن تيمية، الاستقامة، الجزء الثاني، ص ١٤٨ - ١٥٣ .

(٧٧)   ابن تيمية، الحسنة والسيئة، ص ٥١ .

(٧٨)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٩٤ - ٩٩ .

(٧٩)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ١١١ - ١١٢ .

(٨٠)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العشار، ص ١٢٩ - ١٣٧ .

(٨١)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٥٩٠ .

(٨٢)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الخامس عشر، ص ٢٨٨ - ٢٨٩ .

(٨٣)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد السابع، ص ٢٨٣ .

(٨٤)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الثامن والعشرون، ص ٤٢ - ٤٣ .

(٨٥)   ابن تيمية، الحسبة ومسؤولية الحكومة الإسلامية، ص ٧٩ - ٨٠.

(٨٦)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٤١٧ - ٤١٨ .

(٨٧)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٦٥١ .

(٨٨)   ابن تيمية، العبودية، ص ٩٧ - ٩٨ .

(٨٩)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ١٠٩ - ١١٠ .

(٩٠)   ابن تيمية، الحسبة ومسؤولية الحكومة الإسلامية، ص ١٠٧ .

(٩١)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العشرون، ص ٧٤ - ٧٦ .

(٩٢)   ابن تيمية، الاستقامة، المجلد الثاني، ص ٧ - ٩ .

(٩٣)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٣٢٥ .

(٩٤)   ابن تيمية، تزكية النفس، ص ٤٣ .

(٩٥)   ابن تيمية، الحسبة ومسؤولية الحكومة الإسلامية، ص ٨١ - ٨٢.

(٩٦)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الثامن والعشرون، ص ٣١ - ٣٢ .

(٩٧)   ابن تيمية، الحسنة والسيئة، ص ٧٧ .

(٩٨)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الرابع، ص ٣٤ .

(٩٩)   ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد العاشر، ص ٥٨٤ - ٥٨٥ .

(١٠٠)   المرجع السابق، ص ٥٧٤ .

(١٠١) ابن تيمية، مجموع فتاوى ابن تيمية، المجلد الثامن والعشرون، ص ١٣٨ .

(١٠٢) الأحمد، عبدالعزيز بن عبدالله، مفهوم الصحة النفسية من وجهتي نظر الإمام ابن قيم الجوزية رحمه الله والدراسات النفسية ألحديثة، دراسة تحليلية، ص – ٨ ١٩ .

(١٠٣) ابن قيم الجوزية، مفتاح دار السعادة، الجزء الأول، ص ١٥٦ – ١٥٧ .

(١٠٤) ابن قيم الجوزية، التوبة، ص ٢٥٩ .

(١٠٥) ابن قيم الجوزية، طريق الهجرتين، ص ٤٩٦ – ٤٩٧ .

(١٠٦) ابن قيم الجوزية، طريق الهجرتين، ص ٢٠ – ٢١ .

(١٠٧) ابن قيم الجوزية، بدائع الفوائد، المجلد الثاني، ص ٢٢ – ٢٣ .

(١٠٨) ابن قيم الجوزية، الوابل الصيب من الكلم الطيب، ص ٥٩ – ٦٠ .

(١٠٩) ابن قيم الجوزية، الوابل الصيب من الكلام الطيب، ص ٢٩ – ٣٠.

(١١٠) ابن قيم الجوزية، زاد المعاد في هدى خير العباد، الجزء الرابع، ص ٥ – ٦ .

(١١١) ابن قيم الجوزية، مدارج السالكين، الجزء الأول، ص ٤٥١ – ٤٥٧.

(١١٢) ابن قيم الجوزية، زاد المعاد في هدى خير العباد، الجزء الرابع، ص ٧ – ٨ .

(١١٣) ابن قيم الجوزية، الداء والدواء، ص ٢١٩ .

(١١٤) ابن قيم الجوزية، إغاثة اللهفان من مصايد الشيطان، الجزء الأول، ص ٢٧ .

(١١٥) ابن قيم الجوزية، زاد المعاد في هدى خير العباد، الجزء الرابع، ص ١٩٨ – ٢٠٧.

(١١٦) ابن قيم الجوزية، بدائع الفوائد، الجزء الثاني ص ٢٢٨ – ٢٤٥ .

(١١٧) ابن قيم الجوزية، الداء والدواء، ص ٨٤ .

(١١٨) ابن قيم الجوزية، الداء والدواء، ص ١٠٣ – ١٥٠ .

(١١٩) ابن قيم الجوزية، عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين، ص ٣٤٢ .

(١٢٠) ابن قيم الجوزية، كتاب التوبة، ص ٨ .

(١٢١) ابن قيم الجوزية، كتاب التوبة، ص ١٢٥ .

(١٢٢) ابن قيم الجوزية، طريق الهجرتين وباب السعادتين، ص ٧٧ .

(١٢٣) ابن قيم الجوزية، الروح، ص ٢١٤ .

(١٢٤) ابن قيم الجوزية، زاد المعاد في هدى خير العباد، الجزء الرابع، ص ١٦٢ – ١٦٨.

(١٢٥) ابن قيم الجوزية، زاد المعاد في هدى خير العباد، الجزء الرابع، ص ٦٦ – ٦٩ .

(١٢٦) ابن قيم الجوزية، الروح، ص ٢١٦ - ٢١٧ .

(١٢٧) ابن قيم الجوزية، الروح، ص ٢٢٠ - ٢٢٦ .

(١٢٨) ابن قيم الجوزية، إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان، الجزء الأول، ص ٦٠ .

(١٢٩) ابن قيم الجوزية، إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان، الجزء الأول .ص ١٢٥- ١٣٥.

(١٣٠) ابن قيم الجوزية، كتابة التوبة، ص ٢٥١ - ٢٥٢ .

(١٣١) ابن قيم الجوزية، طريق الهجرتين وباب السعادتين، ص ٢٤٤ - ٢٤٥ .

(١٣٢) ابن قيم الجوزية، إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان، الجزء الثاني، ص ٢٥٥- ٢٤٨.

(١٣٣) ابن قيم الجوزية، الروح، ص ٢٣٣ - ٢٥٨ .

(١٣٤) ابن قيم الجوزية، عدة الصابرين، ص ٢١ - ٢٦، ٥٢ - ٥٤، ٦٤، ١٢٨، ٣٣٢ - ٣٣١ .

(١٣٥) ابن قيم الجوزية، مدارج السالكين بين إياك نعبد وإياك نستعين، الجزء الثاني، ص ٢٣٢ - ٢٣٤ .

(١٣٦) ابن قيم الجوزية، مدارج السالكين بين إياك نعبد وإياك نستعين، الجزء الثاني، ص ٢٧٧ - ٢٧٩ .

(١٣٧) المرجع السابق، ص ٤٧٠ - ٤٧١ .

(١٣٨) المرجع السابق، ص ٤٧٩ - ٤٨١.

(١٣٩) المرجع السابق، الجزء الأول، ص ٥١٦ - ٥١٧ .

(١٤٠) المرجع السابق، الجزء الأول، ص ٥٠٧ - ٥١٠ .

(١٤١) المرجع السابق، الجزء الثالث ص ١٤٨ - ١٤٩ .

(١٤٢) المرجع السابق، ص ٨ - ١١ .

(١٤٣) المرجع السابق، ص ٢٠٤ - ٢٠٥ .

(١٤٤) ابن قيم الجوزية، تحفة المودود بأحكام المولود، ص ٢٥ - ٢٦ .

(١٤٥) ابن قيم الجوزية، تحفة المودود بأحكام المولود، ص ١١٥ - ١١٦.

(١٤٦) المرجع السابق، ص ١٨٧ - ١٨٨ .

(١٤٧) ابن قيم الجوزية، طريق الهجرتين وباب السعادتين، ص ٢٧٧ .

(١٤٨) المرجع السابق، ص ٢٧٧ - ٢٧٨ .

(١٤٩) المرجع السابق، ص ٣٠٣ .

(١٥٠) المرجع السابق، ص ٢٩٥ .

(١٥١) المرجع السابق، ص ٤٥٦ - ٤٥٨ .

(١٥٢) ابن قيم الجوزية، بدائع الفوائد، الجزء الثاني، ص ١٧٨ .

(١٥٣) ابن قيم الجوزية، كتاب التوبة، ص ٢٩ - ٣٠ .

(١٥٤) ابن قيم الجوزية، كتاب التوبة، ص ٩ .

(١٥٥) ابن قيم الجوزية، كتاب التوبة، ص ٢٣ - ٢٤ .

(١٥٦) ابن قيم الجوزية، كتاب التوبة، ص ٢٢ .

(١٥٧) ابن قيم الجوزية، إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان، الجزء الأول، ص ٣٧٤ .

(١٥٨) ابن قيم الجوزية، زاد المعاد في هدى خير العباد، الجزء الرابع، ص ٣٥٢.

(١٥٩) ابن قيم الجوزية، الروح، ص ١٩٢ .

(١٦٠) ابن قيم الجوزية، بدائع الفوائد، الجزء الثاني، ص ١٩٩ - ٢٠٥، ص ٢٥٠ .

(١٦١) ابن قيم الجوزية، مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، ص٧٦ - ٧٩.

(١٦٢) ابن قيم الجوزية، الوابل الصيب من الكلم الطيب، ص ٤٦ .

(١٦٣) ابن قيم الجوزية، بدائع الفوائد، الجزء الثاني، ص ٢٦٧ - ٢٧١ .

الفصل السادس

نموذج بنائي للصحة النفسية

من منظور إسلامي

تطرح نظريات علم النفس العديد من النماذج البنائية للصحة النفسية للإنسان منطلقة في ذلك من فلسفتها الخاصة في النظر إلى الإنسان، وعلى هذا فإن هناك مجموعة من المسلمات العامة المنتشرة بين نظريات علم النفس والتي تظهر في أبحاث وكتابات علماء النفس الغربيين.

وفي المقابل نجد أن التأصيل الإسلامي لعلم النفس لابد أن يطرح مسلمات عامة تعكس وجهة نظر الإسلام في العديد من القضايا التي يقابلها عالم النفس المسلم. ولذلك قبل أن نطرح نموذجاً بنائياً للصحة النفسية، فإننا سنقدم عرضاً لأهم المسلمات العامة في علم النفس الغربي وما يقابلها من مسلمات عامة في التأصيل الإسلامي لعلم النفس.(١)

أهم المسلمات العامة في علم النفس الغربي

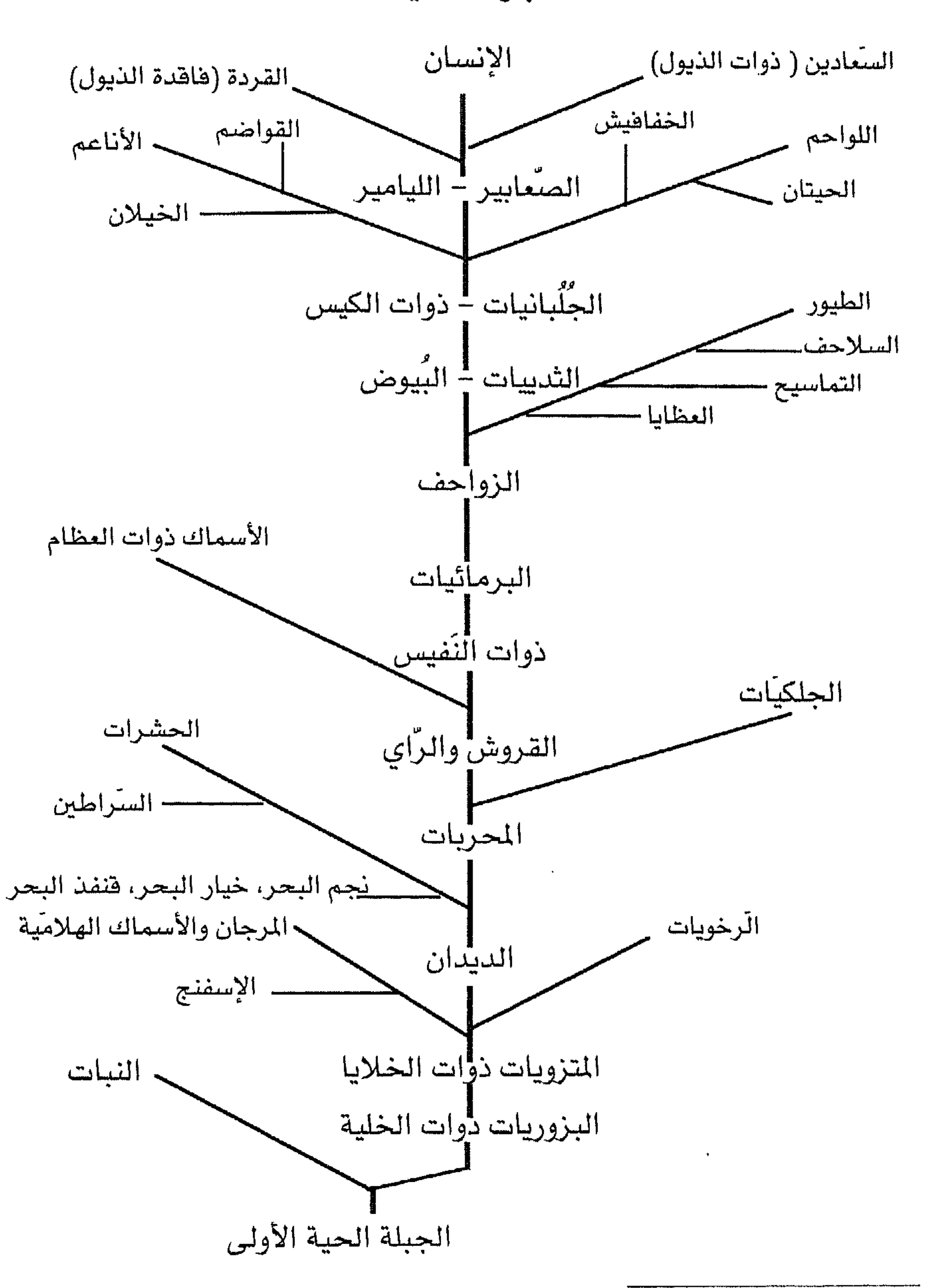
ليس هناك اتفاق بين علماء النفس الغربيين على مسلمات يوافق عليها الجميع، بل إن كل أصحاب نظرية من نظريات علم النفس يطرحون مجموعة من المسلمات ويرون أنه لابد من التسليم بها، ونظراً لعدم الاتفاق هذا، فإننا سنلجأ إلى استخلاص أهم المسلمات العامة الموجودة عند بعض أو معظم النظريات الغربية، وسيكون الاعتماد غالباً على مقولات علماء وأنصار هذه النظريات عند إيراد أي مسلمة من مسلماتهم العامة.

أولاً - الإنسان كائن متطور عن الحيوان :

هذه المسلمة شائعة بين النظريات الغربية. وتعود في أصلها إلى ما طرحه تشارلز داروين في كتابه أصل الأنواع الصادر عام ١٨٥٩م وفيه يذكر أن الحياة أول ما ظهرت كانت على صورة خلية واحدة ثم تطورت بشكل متدرج للكائنات إلى أن وصل التطور إلى الإنسان وقدم رسماً لشجرة الأحياء كما يسميها انظر شكل رقم (١-٦).

شكل رقم (١-٦)

شجرة الأحياء*



* نقلاً عن داروين، تشارلز، أصل الأنواع (ترجمة إسماعيل مظهر) بيروت ، مكتبة النهضة، ١٩٧٣،ص ٤١ .

ويقول : « إن الإنسان الحديث قد عمر الأرض منذ أزمان عريقة في القدم، حتى يتدرج في التطور إلى الصورة البشرية، منحدراً عن أسلافه من الكائنات المشابهة للقرود... والواقع أن أوالي البشر لم يكونوا على صورة الإنسان الحالي، بل كانوا أكثر مشابهة للقردة العليا كالغرلي والشمزي والأرطان منهم للإنسان الحديث »[٢].

ويؤيد فرويد كون الإنسان متطوراً عن غيره فيقول في كتابه «معالم التحليل النفسي» في الحديث عن غريزتي الحياة والموت (الهدم): «إن الهدف النهائي لغريزة الهدم هو إعادة الكائنات الحية إلى حالة غير عضوية... إن الكائنات الحية ظهرت بعد الكائنات غير الحية وأنها نشأت منها »[٣].

وفي موضوع آخر من الكتاب يتحدث عن التعديلات التي طرأت على الحياة الجنسية للحيوان وكونها من الأمور الهامة في تطور الحيوان ليصبح إنساناً، وإن كان هناك ثغرات فليس المسؤول عنها علم النفس بل علم البيولوجيا : « ولابد أنه كانت لهذه التعديلات الجديدة التي طرأت على الحياة الجنسية أهمية كبيرة في تطور الحيوان نحو الإنسانية... وليس علم النفس هو المسؤول عن الثغرة الموجودة في نظريتنا، بل إن علم البيولوجيا هو المسؤول »[٤].

ويؤكد هذا الاتجاه عالم التحليل النفسي أريك فروم حيث يقول: «والإنسان في أصله حيوان يحيا في قطيع، وتتحدد أفعاله بدافع غريزي لاتباع الزعيم، وبأن تكون له صلة وثيقة بالحيوانات الأخرى من حوله»[٥].

ويعمد كثير من علماء النفس إلى النقل من الباحثين الذين يسعون إلى تأكيد تطور الإنسان عن الحيوان وأنها مسلمة، كما فعل عالم النفس الأمريكي لازاروس في كتابه المعروف «الشخصية Personality » عندما

تحدث عن محددات الشخصية : العوامل البيولوجية حيث يقول : « وفهم الشخصية من الزاوية البيولوجية يتطلب أولاً أن يوضع الإنسان في سياق نشوء النوع، طالما أن تشريحه وفسيولوجيته هما نتاج التطور من الكائنات العضوية الأكثر قدماً والأكثر بساطة. وقد كتب لينر Lerner حديثاً عن تطور الإنسان قائلاً : يتفق كل علماء البيولوجيا على أن التطور العضوي يعتبر حقيقة، وأن الأجناس السائدة حاليا على هذا الكوكب (الإنسان) وكل أنواع الحياة الأخرى الموجودة لم تكن دائماً على النحو التي هي عليه الآن، ولكنها تنحدر مع تعديلات من أشكال وجدت من قبل » [٦].

ثانياً - استبعاد العوامل الروحية عن قصد (استبعاد الدين):

إن استبعاد العوامل الروحية في الدراسات النفسية من الأمور المعروفة والتي أثرت كثيراً على نتائج هذه الدراسات، يقول مالك بدري عنها : « إن أحد أهم مكونات السلوك الإنساني قد أسقطه علم النفس الغربي من حسابه رغم ازدياد الشواهد العلمية الحديثة على أهميته، ألا وهو العامل الروحي. فعلم النفس الحديث باكتفائه بالعوامل النفسية والبيولوجية والاجتماعية والحضارية كمكونات وحيدة للسلوك الإنساني لسهولة تحديدها بالنسبة للناحية الروحية، أو لرفضه للجانب الروحي لأنه ينبثق من التصور الديني، سيظل في غموض وتيه » [٧].

ويربط إيزنك (Eysenck) - وهو عالم نفسي سلوكي - الأصول التاريخية للاتجاه السلوكي التجريبي في علم النفس بفلاسفة القرن الثامن عشر الماديين الذين رفضوا الروح في الإنسان ووضعوا له تطوراً ميكانيكيا يعتمد فقط على الناحية الجسمية [٨].

يعتبر فرويد أشهر علماء النفس صراحة في محاربة الأديان وما جاءت به، وكتابه « مستقبل وهم » مخصص لنقض الدين ووظائفه في حياة الناس لأن المقصود بالوهم في عنوان الكتاب هو الدين، حيث يشكك في صحة وصدق المعتقدات الدينية وأنها مجرد أوهام، ومن ذلك قوله :« قد كان للأفكار الدينية في الأزمنة الغابرة أعظم نفوذ وأقوى تأثير على البشرية، بالرغم من افتقارها بلا مراء إلى الصحة والصدق... إن المذاهب الدينية جميعها أوهام، لا سبيل إلى إقامة البرهان عليها، ولا يمكن أن يرغم أي إنسان على أن يعدها صحيحة وعلى أن يؤمن بها، وبعض هذه المذاهب بعيدة الاحتمال وصعبة التصديق للغاية، ومتناقضة أشد التناقض مع كل ما تعلمناه، ببالغ المشقة، عن واقع العالم والكون، إلى درجة تستطيع معها أن تشبهها - مع الأخذ بعين الاعتبار كما هو واجب الفروق السيكولوجية - بالأفكار الهاذية [٩].

ويؤكد إيزنك أن مجال الدراسة لعلماء النفس ليس الروح والعقل بل السلوك الواقعي المشاهد حيث يقول: «علماء النفس توقفوا عن الكلام في علم الروح أو علم العقل، ليس فقط لأن هذه الموضوعات صعبة التعريف، ولكن لأن السلوك الواقعي للإنسان أو الحيوان هو ما يمكن ملاحظته، هذا هو مجالنا للدراسة » [١٠].

ويؤكدعالم النفس ديز استبعاد علماء النفس للعوامل الروحية وحرية الإرادة حيث يقول :« تجنب النفسانيون أية أسئلة عن حرية الإرادة في مواجهة الجبرية، وطبيعة الروح، والأبعاد غير المحددة للعقل، ولقد اعتبروا هذه الأمور، وبحق، مسائل ليست طرائق العلم بالنسبة إليها بأكثر قوة وفعالية في تناولها من الجدل والخطابة » [١١].

ثالثاً - الحتمية النفسية :

إن مفهوم الحتمية النفسية يقصد به أن الإنسان مُوَجَّه ومحكوم بأفعال وأعمال ليس له خيار فيها كأن يكون عدوانيا في سلوكه، أو أن تعتبر استجاباته ردود أفعال لما يعرض له. يقول مالك بدري : « تجد فرويد يعتبر الإنسان شريراً بطبعه تتحكم فيه أو تحكمه دوافع العدوان والجنس اللاشعورية حتى ليصبح سلوكه الذي يظنه شعوريا مجرد محاولات لتبرير هذه النزوات الجنسية والعدوانية وإخفائها... وحديثاً قال سكنر وهو أحد أساطينهم (السلوكية): إن الدين والأخلاق ما هي إلاّ استجابات شرطية يتعلمها الناس بوسائل الثواب والعقاب في المجتمع» (١٢).

ويقول محمد قطب عن الحتمية النفسية عند فرويد : « نشأ من إيحاءات فرويد لون من الاعتقاد بالجبرية... هي جبرية نفسية، ويؤمن أصحابها بأن الإنسان مسير لأن غريزته هي المسيطرة عليه، وهي التي توجه السلوك دون أن تدع للفرد مجالاً للاختيار (١٣).

ويؤكد كولمان الأثر السلبي للحتمية النفسية فيقول : « في ميدان علم النفس اتخذ الحتميون المحدثون منطلقهم من (جون لوك) فيلسوف القرن السابع عشر، الذي استخلص أن العقل الإنساني منذ الميلاد صفحة بيضاء ينطبع عليها التعلم والخبرة مما يعطي العقل مضمونه وبنيته. وتتمثل هذه النظرة إلى الإنسان على أنه كائن حي (أورجانزم) راد الفعل السلبي بالضرورة في المدرسة السلوكية. تعتبر السلوكية، في شكلها الأكثر تطرفاً، الفرد كنوع من الحيوان العقلي، كرهينة عاجزة حيال ما يقع من تأثيرات تؤدي إلى تشكيله، ولذا، تعتبر المفاهيم ذاتها الخاصة بإقرار الذات وحرية الاختيار مفاهيم وهمية (١٤).

ويرجع إيزنك تفسيره لأسباب السلوك الإجرامي إلى العوامل الوراثية (حتمية نفسية) حيث يقول : « هناك عوامل وراثية هامة مسؤولة، من خلال تفاعلها مع القوى البيئية، عن إثارة السلوك الإجرامي، ويستدل على ذلك من دراسات الاتفاق بين التوائم المتماثلة والمتشابهة، والتي هي الآن أكثر من السابق عدداً، كما أنها أكثر ضبطاً عما مضى... دراسات التبني أضافت وزناً يرجح الأسباب البيولوجية لتفسير أن أطفال التبني تحدد الإجرامية عندهم بواسطة آبائهم الأصليين وليس عن طريق آبائهم بالتبني»[١٥] .

ويقول سكنر عن الحتمية السلوكية : « يجب علينا أن نعي أن الحروب تبدأ في عقول الرجال، وعليه فإن هناك انتحارية بعض شيء في الإنسان - ربما كانت غريزة الموت - التي تقود إلى الحرب، وهذا الإنسان عدواني بطبعه » [١٦].

رابعاً - النجاح مرتبط بإرادة الإنسان وكفاءته (عزل الإنسان عن قدرة اللّه) :

وتؤكد هذه المسلمة على قدرات الإنسان وإمكاناته واستغنائه بها عمّا سواه، بحيث يرتبط نجاحه أو فشله بها دون غيرها، فعليه الاعتماد عليها وحدها.

يقول فرويد : « فإنه ليس بالمكسب القليل أصلاً أن يعلم الإنسان أنه ليس له من قوى يعتمد عليها غير قواه الذاتية، فهو سيتعلم في مثل هذه الحال كيف يستخدمها على الوجه المرام » [١٧].

وينحى إريك فروم نفس منحى فرويد حيث يقول : « وعلى الإنسان أن يعلم نفسه لمواجهة الواقع، فإذا علم أنه لا يستطيع الاعتماد على شيء إلاّ على قواه الخاصة، فسيعلم كيف يستخدمها استخداماً صحيحاً.

والإنسان الحر الذي حرر نفسه من نير السلطة - السلطة التي تهدد وتحمي - هو وحده الذي يستطيع استخدام قوة عقله، وإدراك الكون، ودوره فيه إدراكاً موضوعياً، دون وهم »[١٨].

ويرى سكنر أن حل مشكلات الفرد ونجاحه فيها يعتمد عليه فقط دون سواه، حيث يقول : « نحن أنفسنا قد نمر بخبرة أزمة في الاعتقاد أو فقدان الثقة، التي ربما أمكن حلها فقط بالاعتماد على الإيمان بالقدرات الداخلية للإنسان »[١٩].

وبهذا المفهوم يصبح الإنسان معزولاً عن التأثر بقدر اللّه في نجاحه أو فشله في أي أمر من أمور الحياة، ولكن هذا المفهوم في الواقع غير صحيح.

خامساً - المعرفة مصدرها العقل والحواس :

يعتمد علم النفس الغربي على العقل والحواس للحصول على المعرفة، وبهذا يفتقد مصدراً مهما لفهم الإنسان ألا وهو مصدر الوحي الذي يأتي به الدين. يقول محمد عثمان نجاتي واصفاً هذا الوضع : « لقد قطع العلماء في البلاد الأوروبية علاقتهم بالدين، وأطلقوا العنان لعقولهم في البحث عن الحقيقة، مؤمنين بأن العقل وحده، عن طريق البحث العلمي المنظم، هو السبيل الوحيد لتحصيل المعرفة، وللوصول إلى الحقيقة[٢٠].

يقول يونج (من أنصار التحليل النفسي) عن اعتماده على ما يعرفه هو من خلال عقله وحواسه واعتبار ما سواها غير معروفة :«أنا أعتقد فقط ما أعرفه، وكل شيء سوى ذلك يعتبر فروضاً وما عداها فإنني أعتبر الكثير من تلك الأشياء غير معروفة»[٢١].

ويؤكد فرويد على أن العقل هو المصدر الأعلى، حيث يقول : «الحق أنه ليس ثمة سلطة تعلو على سلطة العقل، ولا حجة تسمو على حجته»[٢٢].

ويظهر هذا الموقف في تركيز المدرسة السلوكية على المظاهر الخارجية التي يمكن ملاحظتها عن طريق الحواس، وأما النواحي الداخلية فلا تنال كبير اهتمامها، وبهذا تخرج من أن تكون موضوعاً لعلم النفس.

سادساً - تحصيل السعادة الدنيوية :

تركز مدارس علم النفس على تحصيل السعادة الدنيوية ولا ترى أن هناك سعادة يمكن أن يحظى بها الإنسان في غير هذه الدنيا. يقول كولن ولسون واصفاً المجتمع الغربي وتركيزه على الدنيا فقط : «الحضارة الغربية لم يعد يهمها أيما شيء عن المصير، وكأن فرصة السنوات الستين أو السبعين (عمر الإنسان) وما يقدمه الإنسان فيها من (إنتاج) ويحصل عليه خلالها من (إشباع) هي كل ما هنالك... وليس وراء ذلك أيما شيء... ليس وراء ذلك أي مصير سوى تسليم الدور أو بالأحرى مساحة الأرض في مدينة من المدن، أو مصنع ما من المصانع، أو مزرعة ما من المزارع، أو سوق ما من الأسواق، لإنسان آخر لكي يقضي عليها (فرصته) هو الآخر إنتاجاً وإشباعاً.. ليس وراء ذلك أي مصير، جنة وارفة كان هذا المصير أو ناراً حارقة»[٢٣].

ويقول فرويد عن التركيز على الحياة الأرضية : « ولا شك في أن الإنسان سيتوصل، يوم يقطع رجاءه من عالم الغيب أو يوم يركز كل طاقاته على الحياة الأرضية، إلى أن يجعل الحياة قابلة للاحتمال من قبل الجميع، ولن تسحق الحضارة بعدئذ أحداً»[٢٤].

ويقول ماسلو (زعيم المدرسة الإنسانية) حول التعلق بقيم الحياة الدنيا على أنها هي معنى الحياة: « ما الذي يعيش الإنسان من أجله ؟ ما الذي يجعل المعيشة مستحقة وجديرة بالقيمة ؟ أي الخبرات في الحياة تزكي آلام الوجود ؟ ونعلم أننا نصل إلى أسمى مستويات المعيشة في لحظات الخلق والإبداع والبصيرة والابتهاج وخبرة الحب بين الجنسين والخبرة الجمالية والخبرة الباطنية أي (قمة الخبرات) وبدون هذه الخبرات لا يكون للحياة معنى» [٢٥].

سابعاً - المنهج الموضوعي (التجريبي) :

يعتمد علم النفس الغربي على المنهج الوضعي التجريبي في الحصول على معلوماته ولا يتعداه إلى المصادر الأخرى التي يمكن أن تساهم في الإجابة عن العديد من التساؤلات التي لم يستطع العلماء الإجابة عليها من خلال منهجهم التجريبي، لذلك تخلصوا منها بأن اعتبروها موضوعات فلسفية لا تدخل في نطاق علم النفس.

يقول جيمس ديز عن الأزمة التي يعيشها علم النفس في منهجه : «علم النفس في أزمة. وقد كشفت حالة الأزمة هذه عن نفسها بشكل قوي في عدم الثقة المتزايد في المنهج العلمي عامة، وفي الطريقة التجريبية بصفة خاصة... وإن الأزمة الحالية في علم النفس، وما يشعر به بعض علماء النفس من جزع وإحساس بالعقم، ليرجع في جانب كبير منه إلى الإصرار على التمسك بالموقف الذي تمثله فكرتا الوضعية المنطقية والإجرائية»[٢٦].

وقد يسأل سائل عن المقصود بالوضعية المنطقية والإجرائية، فنعود إلى نفس العالم الذي أوردهما فنجده يعرفهما بما يلي : « أما الوضعية المنطقية فهي الاتجاه الذي يذهب إلى أن العلم عبارة عن سلاسل متماسكة من القضايا والحجج المتصلة بالمعرفة التي نحصل عليها عن طريق

الملاحظة، أو المعرفة الأمبريقية أو التجريبية. والمنطقية مقصود بها أن هذا الاتجاه يحاول أن يكون متماسكاً ومتحرراً من التناقض الداخلي. والوضعية معناها أنه يرفض أية تفسيرات ميتافيزيقية (ما وراء الطبيعة أو ما لا تستطيع الحواس الوصول إليه). أما الإجرائية فهي شبيهة بالوضعية المنطقية، إلاّ أنها أكثر اهتماماً بمسألة القيام بالملاحظات العلمية وحصر التعبير العلمي فيما يمكن أن يقال عن وقائع قابلة للملاحظة » [٢٧].

ويضيف جوردون أولبورت Allport . G بعض المآخذ على التصور الوضعي الذي يمارسه الباحثون في علم النفس فيقول : « فالوضعية انعكاس أكثر من أن يكون سبباً للنظرة الذرية للشخصية في العالم الحديث. وأسوأ ما يمكن أن يقال أن الوضعية، بقصر نفسها على (التمركز حول الطريقة Method - Centred أكثر من التمركز حول المشكلة Problem - Centred) قد أوجدت صفا من الحقائق المتفرقة الجزئية على حساب النظرة المترابطة للشخص الإنساني ككل» [٢٨].

ثامناً - الواقع الغربي هو المقياس :

إن المتأمل للدراسات الغربية يجد أنها تعتبر ما عليه مجتمعاتها هو المقياس الذي على أساسه تقبل الفروض أو ترفض. يقول محمد قطب واصفاً وضع الدراسات الغربية في علم النفس :« هذه الدراسات لا تميز كثيراً بين الحالات السوية والحالات المنحرفة. وعاملت كل شيء على أنه هو (الواقع) النفسي الذي نستخلص منه النظريات والتطبيقات. ومن ثم صار الواقع المنحرف الذي يعيشه الناس في الغرب في القرنين التاسع عشر والعشرين هو المقياس الذي تقاس به النفس الإنسانية، وتصاغ النظريات على أساسه، وهو الصورة الطبيعية والسوية (Normal) التي يتعامل معها العلماء» [٢٩].

ويتحدث الفاروقي عن عالم النفس الغربي وكيف يعتبر واقعه هو المقياس فيقول : « ذلك العالم الذي يدعى التحدث عن المجتمع الإنساني في حين أنه في الحقيقة يعني المجتمع الغربي، أو يدعي التحدث عن الدين في حين أنه في الحقيقة يعني المسيحية، أو يدعي التحدث عن القوانين الاجتماعية والاقتصادية، في حين أنه في الحقيقة يعني بعض الممارسات العامة للمجتمعات الغربية »[٣٠].

وفرويد حين يرى تناقضاً في دين الغربيين (المسيحية) فهو يدعو إلى نبذ الأديان كلها دون اطلاع على تلك الأديان، حيث يقول : «فالمجتمع يعلم أي أساس واهن تقوم عليه مذاهبه الدينية... فعلينا أن نؤمن لأن أسلافنا آمنوا . لكن هؤلاء الأسلاف كانوا أشد جهلاً منا بكثير، وكانوا يؤمنون بأشياء يتعذر اليوم قبولها ومن الممكن إذن أن تدخل المذاهب الدينية نفسها في هذا الباب. والأدلة التي تركوها لنا ميراثاً، مدونة في نصوص يحيط بها هي نفسها الشك. فهذه النصوص تعج بالتناقضات والمراجعات والتدليسات. ولا يمكن الوثوق إليها حتى عندما تتكلم عن وقائع ثابتة »[٣١].

ويقول ساراسون Sarason عن تأثر علماء النفس بواقع مجتمعاتهم: «إن تأثير الجوانب الاجتماعية الحضارية في مادة علم النفس ونظرياته أصبحت جزءاً منه لا يقل عن تأثير الهواء المحيط بنا ودخوله في دمنا . وكما علمتنا التجارب أن الهواء قد يصبح ملوثاً ويضر بصحتنا، فعلى عالم النفس أن يتعلم أن البيئة الاجتماعية والحضارية التي يتغذى منها قد تحتوي على عوامل تضر بصحته وتطوره ولكن مثل هذا التصور من قبل علماء النفس لا يمكن أن يتم إلاّ إذا استطاعوا أن يتخلصوا ولو جزئيا من تكوينهم الاجتماعي حتى ينظروا إلى هذه التأثيرات الحضارية والاجتماعية في علم النفس من خارج هذا الإطار» [٣٢].

وآخيراً نأتي إلى ماسلو الذي يعلنها صريحة بأن علم النفس علم غربي بصورة احتكارية حيث يقول « علم النفس الأكاديمي علم غربي بصورة احتكارية للغاية، لذا يحتاج إلى أن يتجه كذلك نحو المصادر الشرقية. وإذا كان علم النفس قد تحول بدرجة هائلة إلى ما هو موضوعي وعام وخارجي وسلوكي، إلاّ أنه ينبغي أن يعرف آكثر عما هو ذاتي وخاص وداخلي وتأملي»[٣٣].

هذا ما تيسر عرضه من مسلمات علم النفس الغربي، والآن نعرض لأهم مسلمات التأصيل الإسلامي.

أهم المسلمات العامة في التأصيل الإسلامي

هناك العديد من المسلمات العامة للتأصيل الإسلامي، ولكن العدد يختلف من باحث إلى آخر، حيث يجملها البعض ويفصلها البعض الآخر كل حسب خلفيته ورؤيته للموضوع، ولقد قدم إبراهيم رجب بعض العبارات - التي نوافقه عليها - في بداية حديثه عن المسلمات فقال : «وفيما يلي نسوق مجموعة من المسلمات التي تعطي العلم في المنظور الإسلامي أصالته في إطار الفهم الأشمل لحياة الناس في هذه الدنيا في صلتها التي لا تنفصم بحياتهم في دار الخلود، وقد يختلف الباحثون في صياغة هذه المسلمات فيقدمون فيها أو يؤخرون، أو يفصلون فيها أو يجملون، ولكننا نظن أن هناك اتفاقاً عامًا على مضمون هذه المسلمات بشكل أو بآخر، مع وجود مجال لقدر محدود من الاختلاف مرده اختلاف الرؤية الشخصية والخبرة الفردية مما يحتمل بعض الأخذ والرد» [٣٤].

ونظراً لطبيعة هذه الدراسة فلن يكون بالإمكان التحدث بالتفصيل عن كل مسلمة من المسلمات، لذا سنحاول الإيجاز، ومن يرغب في المزيد فيمكنه مراجعة مصادر الدراسة حيث يجد مراده. وإنما القصد من عرضها هنا أن يجعلها الأستاذ في ذهنه.

أولاً - التوحيد :

وهو الحقيقة الكبرى التي جاء الإسلام للتأكيد عليها وإعادة إحياء جذوتها في النفوس بعد أن طمرتها الانحرافات التي طرأت على حياة الناس، ونسيانهم للعهد وما جاء به الرسل من آدم إلى عيسى عليهم السلام. قال تعالى: ﴿ وَمَا أَرْسَلْنَا مِن قَبْلِكَ مِن رَّسُولٍ إِلاَّ نُوحِي إِلَيْهِ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلاَّ أَنَا فَاعْبُدُونِ ﴾ [الأنبياء : ٢٥].

والتوحيد متضمن في الكلمة التي يدخل بها الإنسان الإسلام (لا إله إلاّ اللّه محمد رسول اللّه). وهو بأنواعه الثلاثة: «الألوهية والربوبية والأسماء والصفات » مما يجب على المسلم أن يبني عقيدته عليه بشكل صحيح. يقول سيد قطب في هذا المجال :« يتبين أن الاعتراف بالربوبية لله وحده. والعبادة لله وحده. والدينونة لله وحده. تعني في مجموعها إفراده بالألوهية. أو تعني بالمدلول الاصطلاحي: شهادة أن لا إله إلاّ اللّه. وأن الاعتقاد بألوهيته وربوبيته هي كالتوجه إليه وحده بالشعائر التعبدية، كالاعتراف بحاكميته وحده والتحاكم إلى شريعته وحدها ... كلها سواء في تكوين مدلول: أن لا إله إلاّ اللّه. أن الذي يعترف بحاكمية غير اللّه وشرعه ونظامه إنما يعترف لهذا الغير بالربوبية، وبالعبادة وبالدين، فلا يقال حينئذ :أنه يشهد أن لا إله إلاّ اللّه» [٣٥].

وهكذا إذا وقر التوحيد الصحيح في القلب أنار له الطريق وفتح له المغاليق في دروب العلم والعمل، فينضبط سلوك الإنسان وفق ما أراد اللّه ويستقيم في حياته كما جاء عن اللّه بلا إفراط ولا تفريط.

ثانيا - أصل الإنسان :

في هذه المسلمة يجد المسلم إجابة شافية لا شك فيها ولا تردد. فإذا كان الإنسان الغربي لا زال يبحث عن أصله في محاولات النظريات والفرضيات التي يجدها فيما يطالعه من كتب ودراسات، فلا يجد أمامه إلاّ تكرار لفرضية دارون بصورة أو بأخرى فلا يلبث في النهاية إلاّ أن يستسلم لها وأن يرددها، حتى وإن لم يقتنع بها. والوحي بمصدريه تكفل للمسلم بالإجابة عمَّا هو أصله، يقول اللَّه تعالى: ﴿ إِنَّ مَثَلَ عِيسَىٰ عِندَ اللَّهِ كَمَثَلِ آدَمَ خَلَقَهُ مِن تُرَابٍ ثُمَّ قَالَ لَهُ كُن فَيَكُونُ ﴾ [آل عمران: ٥٩]. ويصرح الرسول صلى الله عليه وسلم أن الناس جميعاً يعودون إلى آدم عليه السلام وأن آدم خلق من تراب، فقد روى الإمام الترمذي في سننه عن ابن عمر أن رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم خطب الناس يوم فتح مكة. فقال: **يا أيها الناس، إن اللَّه قد أذهب عنكم عبية الجاهلية وتعاظمها بآبائها، فالناس رجلان: رجل بر تقي كريم على اللَّه، وفاجر شقي هين على اللَّه. والناس بنو آدم، وخلق اللَّه آدم من التراب** قال اللَّه: ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴾ [الحجرات: ١٣] (٣٦).

وهكذا يصبح جلياً لدى المسلم أن أصله يعود إلى أبيه آدم عليه السلام الذي خلق من تراب ثم نفخ اللَّه فيه من روحه.

ثالثاً - مكونات الإنسان :

يتكون الإنسان في الأصل من جانبين هما الجسم والروح، ويدخل كذلك في تركيب الإنسان الجانب العقلي وهو مناط التكليف الشرعي

والجانب الوجداني ومجال إسهامه في علاقة الإنسان بغيره. قال الله تعالى: ﴿ إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّن طِينٍ ﴿٧١﴾ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ ﴿٧٢﴾ ﴾ [ص: ٧١، ٧٢].

والإنسان مطالب بالإشباع المعتدل لهذه الجوانب الأربع بطريقة متوازنة بحيث لا يطغى جانب على غيره، وهذا ما نلاحظه لدى علم النفس الغربي حيث يطغى الجانبان الجسمي والعقلي على جانبي الروح والوجدان.

بينما في الإسلام نجد الإشباع لكل الجوانب الأربعة، ففي الجانب الجسمي يقول الله تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الأَرْضِ حَلالاً طَيِّبًا وَلا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴾ [البقرة: ١٦٨]، ولكنه مشروط بالاعتدال الذي يميز الإسلام عن غيره.

يقول الله سبحانه: ﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ [الأعراف: ٣١]. كذلك إشباع الرغبة الجنسية، حيث يقول الله تعالى: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾ ﴾ [الروم: ٢١]. وغيرها من الحاجات الجسمية[٣٧].

وفي الجانب الروحي جاءت العبادات كلها لإشباع هذا الجانب من الصلوات والزكوات والحج والعمرة والصيام وغيرها من العبادات والأذكار الواجبة والمستحبة.

قال اللّه تعالى: ﴿ لَيْسَ الْبِرَّ أَن تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ وَالْمَلائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَىٰ حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُوْلَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُوْلَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴾ [البقرة: ١٧٧].

وفي الجانب العقلي دعوة صريحة للإنسان لأن يستخدم عقله في كل ما ينفعه في الدنيا والآخرة. ففي الدنيا بعمارة الأرض والاستفادة بما فيها ممَّا سخر اللَّه له، وفي طلب الآخرة بالتعرف على قدرة اللَّه ليزداد الإيمان وترسخ العقيدة، يقول اللَّه تعالى: ﴿ إنَّ في خلق السموات والأرض واختلاف اللَّيل والنَّهار والفُلك الَّتي تجري في البحر بما ينفعُ النَّاس وما أنزل اللهُ من السماء من مَّاء فأحيا به الأرض بعد موتها وبثَّ فيها من كُلِّ دابَّة وتصريف الرِّياح والسحاب المُسخَّر بين السَّماء والأرض لآيات لِّقوم يعقلون (١٦٤) ﴾ [البقرة: ١٦٤].

وقال تعالى: ﴿ أو لم يتفكَّروا في أنفسهم مَّا خلق اللهُ السموات والأرض وما بينهما إلاَّ بالحقِّ وأجل مُّسمًّى وإنَّ كثيراً مِّن النَّاس بلقاء ربِّهم لكافرون ﴾ [الروم: ٨].

والجانب الوجداني يشبع من خلال علاقة الإنسان بالآخرين سواء علاقته بالخالق تبارك وتعالى أو بالمخلوقات جميعها. فلو أخذنا الحب مثلاً لوجدنا أعلاه محبة اللَّه سبحانه وتعالى ثم محبة الرسول صلى الله عليه وسلم ثم محبة النفس ثم الوالدين فالذرية فالأقرب ثم الذي يليه في القرابة، قال اللَّه تعالى: ﴿ يا أيُّها الَّذين آمنوا من يرتدَّ منكُم عن دينه فسوف يأتي اللَّهُ بقوم يُحبُّهُم ويُحبُّونهُ أذلَّة على المُؤمنين أعزَّة على الكافرين ﴾[المائدة: ٥٤]. ويقابله الكره، حيث وصف اللَّه الكافرين بكرههم لرضوان اللَّه فكانت النتيجة الخسران وحبطان العمل، قال اللَّه تعالى: ﴿ ذلك بأنَّهُم اتَّبعوا ما أسخط اللَّه وكرهوا رضوانهُ فأحبط أعمالهُم ﴾ [محمد: ٢٨]. وهكذا يتكرر هذا في أنواع الانفعالات الأخرى[٣٨].

رابعاً - غاية وجود الإنسان :

حتى نستطيع أن نفهم الإنسان ونعرف كيف نتعامل معه، علينا أن نعرف الغاية من وجوده، وهذا سؤال يتهرب منه علماء النفس الغربيون ويعتبرونه من الفلسفة، والحقيقة أن هذا التهرب دليل العجز عن الإجابة، بينما المسلم يجد الإجابة الواضحة في القرآن الكريم حيث يقول اللَّه تعالى: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالإِنسَ إِلاَّ لِيَعْبُدُونِ﴾ [الذاريات : ٥٦]. والعبادة هنا مفهوم شامل لكل عمل من أعمال الدنيا والآخرة، إذا أخلص الإنسان لله بالنية وكان العمل وفق ما شرع اللَّه وعلى سنة رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم وبهذا يصعب حصر المجالات، إلاّ أن أهمها أركان الإسلام الخمسة، وأركان الإيمان الستة وغيرها من الاعتقادات والأقوال والأعمال دينية كانت أو دنيوية.

لذا يلزم الباحث المسلم أن يعي هذا المعنى عندما يتعامل مع سلوكيات النفس فيسعى إلى تعميق هذا المفهوم وإيصاله إلى الآخرين عند تعامله معهم وتوجيهه لسلوكياتهم، ليكون متوافقاً في عمله هذا مع الغاية التي خُلق من أجلها جميع المخلوقات.

خامساً - وظيفة الإنسان :

إن وظيفة الإنسان في هذه الحياة هي الخلافة وعمارة الأرض بما يرضي اللَّه عز وجل، قال اللَّه تعالى : ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُم مَّا فِي الأَرْضِ جَمِيعًا ثُمَّ اسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ فَسَوَّاهُنَّ سَبْعَ سَمَوَاتٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿٢٩﴾ وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَن يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لا تَعْلَمُونَ﴾ [البقرة: ٢٩، ٣٠].

يقول المطرودي في تناوله للخلافة هنا : « فإن المراد بـ (الخليفة) هو النوع الإنساني، وإن كان المراد بـ (خليفة) آدم عليه السلام في قوله تعالى ﴿ وإذْ قالَ ربُّكَ للْملائكة إنِّي جاعلٌ في الأَرْض خليفةً ﴾ [البقرة: ٣٠]. فإن ذلك إنما اكتفاء بذكره عليه السلام عن ذكر أبنائه وذريته، لأن ذكره يشملهم، ويدل عليهم كقولك قبيلة مضر، أي بنو مضر ... أما جعله خليفة لله تعالى فيراد بكلمة (خليفة) معنى النائب أو المفوض. وهو الذي حل محله في إجراء أحكامه وتنفيذ إرادته في عمارة الأرض، وللمستخلِف (اللّه) القوامة على خليفته (الإنسان)، وإن هذه الخلافة من اللّه تعالى للإنسان فيها تشريف له، لتلتقي إرادته مع إرادة اللّه جل وعلا الشرعية في إحلال النظام في عمارة الأرض» [٣٩].

كما يذكر ضميريه معاني ذات علاقة بالآية حيث يقول: «وكثيرون لا يجيزون أن يقال لبشر خليفة اللّه، وحجتهم أنه إنما يستخلف من يغيب أو يموت، وقول أبي بكر : لست خليفة اللّه... بينما غيرهم يجيز ذلك لقوله تعالى : ﴿ وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ الْأَرْضِ ﴾ [الأنعام: ١٦٥] وهذا الرأي هو الأصح، إذ لا ينبغي أن يقاس بالبشر من ليس كمثله شيء. وخلافة الإنسان إنما هي تكريم له. أما الاستخلاف الفقهي، فهو النيابة بحسب مدركات البشر الفقهية، وقد حدد اللّه هذه الوظيفة بقوله : ﴿ هُوَ أَنشَأَكُم مِّنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا ﴾ [هود: ٦١] والاستعمار معناه في أصل اللغة التمكن والتسلط وطلب العمارة، وفي هذا دليل على وجوب الانتفاع بهذا الكون لما أعطى اللّه الإنسان من قوى ومدركات » [٤٠].

وعلى هذا يجب على الباحث المسلم أن يعي هذه الوظيفة للإنسان ويتعامل معه على أساس هذا التكليف الإلهي الذي يجب أن ينضبط بما جاء في كتاب اللّه وما ورد عن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم.

سادساً - وحدة المعرفة (الغيب، الشهادة) :

المعرفة في التأصيل الإسلامي واحدة لأن مصدرها الأساس هو اللّه سبحانه وتعالى المتصف بالوحدانية. ولكن مجال المعرفة يمكن أن يكون في مجالين متصلين لا انفصال بينهما هما عالم الغيب ومصدر المعرفة عنه من الوحي الإلهي، وعالم الشهادة وأدوات معرفته العقل والحواس. يقول محمد قطب : « في فطرة الإنسان أن يؤمن بوجود ما يصل إليه عن طريق الحواس، وفي فطرته كذلك أن يؤمن بوجود أشياء لا تصل إليه عن طريق الحواس... وتلك ميزته الكبرى على عالم الحيوان... الحيوان يتعامل مع الوجود بحواسه وحدها - فيما نعلم نحن عن ظاهر حياته - ولا يتعامل معها فيما وراء الحس... ولكن الإنسان بعد ذلك يتميز بإدراك وجود أشياء لا تصل إليها حواسه، والإيمان عن وعي بوجود هذه الأشياء. والقرآن يستخدم لوصف هذا المفهوم لفظ الإيمان (بالغيب). قال تعالى: ﴿الٓمٓ ﴿١﴾ ذَلِكَ الْكِتَابُ لا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ﴿٢﴾ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ﴾ [البقرة: ١ - ٣] [(٤١)].

ويؤكد أبو سليمان على تكامل عالمي الغيب والشهادة، لكي يحصل الإنسان على المعرفة التي يحتاج إليها في حياته وكيفية استخدامه لها فيقول: «وعلاقة الإنسان وفق مفهوم الإسلام بعالم الغيب، هي علاقة خيرة بناءة، تهدف إلى إقامة الحق والعدل في الحياة الإنسانية وإعمار الأرض وصيانة الكائنات والأرض من الفساد ﴿الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلاً﴾ [الملك: ٢]... العقل الإنساني والإدراك الإنساني مؤهل للحياة في هذه الأرض وأداة واجبات الخلافة في الإصلاح والإعمار، وهذا العقل وهذا الإدراك هو أداة الإنسان الأساسية وميزته الكبرى لحمل مسؤولية المهمة الملقاة على عاتقه في هذه الحياة، واستخلاف الكون إعماره والسعي

فيه بالإصلاح ﴿ وإذ قال ربك للملائكة إني جاعل في الأرض خليفة ﴾ [البقرة: ٣٠] ﴿ قال يا آدم أنبئهم بأسمائهم ﴾ [البقرة: ٣٣] فكان مؤهل الإنسان للخلافة هو العلم، والعقل أداة العلم ووسيلته في عالم الشهادة على هذه الأرض» [٤٢].

سابعاً - وحدة الحياة (الدنيا، الآخرة) :

وهذه المسلمة تفتح المجال واسعاً أمام الباحث المسلم، فإذا كانت الحياة عند العالم الغربي تنتهي بالموت ولا يرى بعد الموت شيئاً، لذا يتوقف في حساباته عند هذا الحد ولا ينظر إلى ما وراءه، أما المسلم فهو يرى أن الحياة واحدة ممتدة منذ الولادة فالحياة الدنيا فحياة البرزخ (القبر)، وأخيراً الحياة الأخروية التي لا نهاية لها، يقول ضميريه عن ترابط الحياة الدنيا بالآخرة : « إن الحياة في الإسلام تمتد في الزمان فتشمل هذه الفترة المشهودة - الحياة الدنيا - وفترة الحياة الأخرى التي لا يعلم مداها إلاّ اللّه، وتمتد في المكان فتضيف إلى هذه الأرض داراً أخرى: جنة عرضها السماوات والأرض، وناراً تسع الكثرة من جميع الأجيال التي عمرت وجه الأرض ملايين السنين، وتمتد في العوالم فتشمل هذا الوجود المشهود إلى وجود مغيب لا يعلم حقيقته كلها إلاّ اللّه » [٤٣].

فالدنيا دار ابتلاء وامتحان والآخرة دار جزاء ومستقر، قال اللّه تعالى: ﴿ تَبَارَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ۝ الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلاً وَهُوَ الْعَزِيزُ الْغَفُورُ ﴾ [الملك: ١، ٢] ويقول سيد قطب في تفسير هذه الآيات : «والحياة تشمل الحياة الأولى والحياة الآخرة - وكلها من خلق اللّه كما تقرر الآية، التي تنشئ هذه الحقيقة في التصور الإنساني، وتثير إلى جانبها اليقظة لما وراءها من قصد وابتلاء، فليست المسألة مصادفة بلا تدبير وليست كذلك جزافاً بلا غاية، إنما هو الابتلاء لإظهار المكنون في علم اللّه من سلوك الأناسي على الأرض، واستحقاقهم للجزاء على العمل» [٤٤].

ثامناً - السنن الكونية :

لقد خلق اللّه سبحانه وتعالى الكون وفق سنن ثابتة يسير عليها بكل مافيه من كواكب ونجوم وحركة لهذه الأفلاك بشكل يجعل المجال للإنسان مفتوحاً للاستفادة من هذه السنن، بما ينفعه ويرقى بمستوى حياته ما دام في هذه الدنيا، ولتكون دلائل على وحدانية اللّه تدعوه إلى إخلاص العبادة لله المبدع لهذا الكون وسننه دون سواه من المخلوقات، قال اللّه تعالى : ﴿ وَآيَةٌ لَّهُمُ اللَّيْلُ نَسْلَخُ مِنْهُ النَّهَارَ فَإِذَا هُم مُّظْلِمُونَ ﴿٣٧﴾ وَالشَّمْسُ تَجْرِي لِمُسْتَقَرٍّ لَّهَا ذَٰلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ ﴿٣٨﴾ وَالْقَمَرَ قَدَّرْنَاهُ مَنَازِلَ حَتَّىٰ عَادَ كَالْعُرْجُونِ الْقَدِيمِ ﴿٣٩﴾ لَا الشَّمْسُ يَنبَغِي لَهَا أَن تُدْرِكَ الْقَمَرَ وَلَا اللَّيْلُ سَابِقُ النَّهَارِ وَكُلٌّ فِي فَلَكٍ يَسْبَحُونَ ﴾ [يس : ٣٧ - ٤٠].

يقول المطرودي : « إن الاطلاع على الدراسات الحديثة عن الكون مما تم إدراكه من بعض المجموعات والمجرات الكونية، ومالها من سنن وقوانين ثابتة ودقيقة، تجعل الإنسان يرى بعينيه الإبداع والقدرة على الخلق، وأنه لا يزن جناح بعوضة بالقياس إلى هذا الكون في جانبه المادي، وأن لهذه القوانين والسنن أهمية كبيرة في استمراره في الوجود، واستقراره وأمنه، وفي حياته ومعيشته على الأرض بجميع قواه، وجميع جوانب ومسائل حياته الاجتماعية والاقتصادية... » [٤٥].

ويقول ضميرية عن السنن الكونية : « فقد شاءت إرادة اللّه تعالى المدبرة أن تبين لنا هذه النواميس المطردة والسنن الجارية لنراقبها وندركها ونكيف حياتنا وفقها، ونتعامل مع الكون على أساسها ومن ثم يوجه اللّه تعالى الأبصار والبصائر إلى تدبر سننه في الكون والتعامل معها بقدر ما يملك الإدراك البشري للانتفاع بهذا النظر في الحياة الواقعية»[٤٦].

تاسعا - السنن الاجتماعية :

كما أن اللّه وضع سنناً كونية فقد وضع كذلك سنناً اجتماعية تسير وفقها حياة الأمم والشعوب، والمتأمل لآيات القرآن الكريم، يجدها تتحدث عن هذه السنن، التي بها ترتفع الأمة بين سائر الأمم أو تنحط وفق سنن أخر، ولعل أهم معالم السنن الاجتماعية ما يتعلق بالتوحيد والشرك فمتى ما اقتربت الأمة من التوحيد وابتعدت عن الشرك فهي أقرب إلى التوافق مع مخلوقات اللّه الأخرى، وبهذا تكون مهيئة للسيادة والقيادة لغيرها من الأمم والعكس صحيح، قال اللّه تعالى : ﴿ وَأَقْسَمُوا بِاللَّهِ جَهْدَ أَيْمَانِهِمْ لَئِن جَاءَهُمْ نَذِيرٌ لَّيَكُونُنَّ أَهْدَىٰ مِنْ إِحْدَى الْأُمَمِ فَلَمَّا جَاءَهُمْ نَذِيرٌ مَّا زَادَهُمْ إِلَّا نُفُورًا ﴿٤٢﴾ اسْتِكْبَارًا فِي الْأَرْضِ وَمَكْرَ السَّيِّئِ وَلَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ فَهَلْ يَنظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ الْأَوَّلِينَ فَلَن تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا وَلَن تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا ﴿٤٣﴾ أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ وَكَانُوا أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُعْجِزَهُ مِن شَيْءٍ فِي السَّمَاوَاتِ وَلَا فِي الْأَرْضِ إِنَّهُ كَانَ عَلِيمًا قَدِيرًا ﴾ [فاطر : ٤٢ - ٤٤]، يقول سيد قطب في تفسير هذه الآيات: « هذه التوجيهات المكررة في القرآن للسير في الأرض والوقوف على مصارع الغابرين، وآثار الذاهبين، وإيقاظ القلوب من الغفلة التي تسدر فيها، فلا تقف، وإذا وقفت لا تحس، وإذا أحست لا تعتبر، وينشأ عن هذه الغفلة غفلة أخرى عن سنن اللّه الثابتة، وقصور عن إدراك الأحداث وربطها بقوانينها الكلية وهي الميزة التي تُميز الإنسان المدرك عن الحيوان البهيم، الذي يعيش حياته منفصلة اللحظات والحالات، لا رابط لها، ولا قاعدة تحكمها، والجنس البشري كله وحدة أمام وحدة السنن والنواميس »[٤٧].

لذا يجب على الباحث المسلم التعرف على هذه السنن والعمل للاستفادة منها لتغيير المجتمع نحو الأفضل، فيما يُرضي اللّه في الدنيا

والآخرة، ولا يحدث هذا إلاّ إذا حدث التغيير في نفوس المسلمين وأخذوا بالأسباب المعينة لهم لتولي قيادة البشرية، قال اللّه تعالى : ﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ﴾ [الرعد : ١١].

هذه هي أهم المسلمات التي يرى الباحث لزوم اهتمام علماء النفس المسلمين بها عند كتابة بحوثهم ودراساتهم بحيث تظهر في محتويات تلك البحوث والدراسات كبديل عن المسلمات الموجودة لدى الباحثين غير المسلمين.

ونعود الآن إلى النموذج البنائي للصحة النفسية من منظور إسلامي والذي يعتمد على أساس المراحل العمرية الأربع المعروفة في الدراسات النفسية وهي :

- أولاً – مرحلة الطفولة.
- ثانياً – مرحلة البلوغ والمراهقة.
- ثالثاً – مرحلة الرشد (الشباب / الكهولة).
- رابعاً – مرحلة الشيخوخة.

وفي كل مرحلة سيتم تناول الجوانب الرئيسة التالية :

١ – الجانب الجسمي.

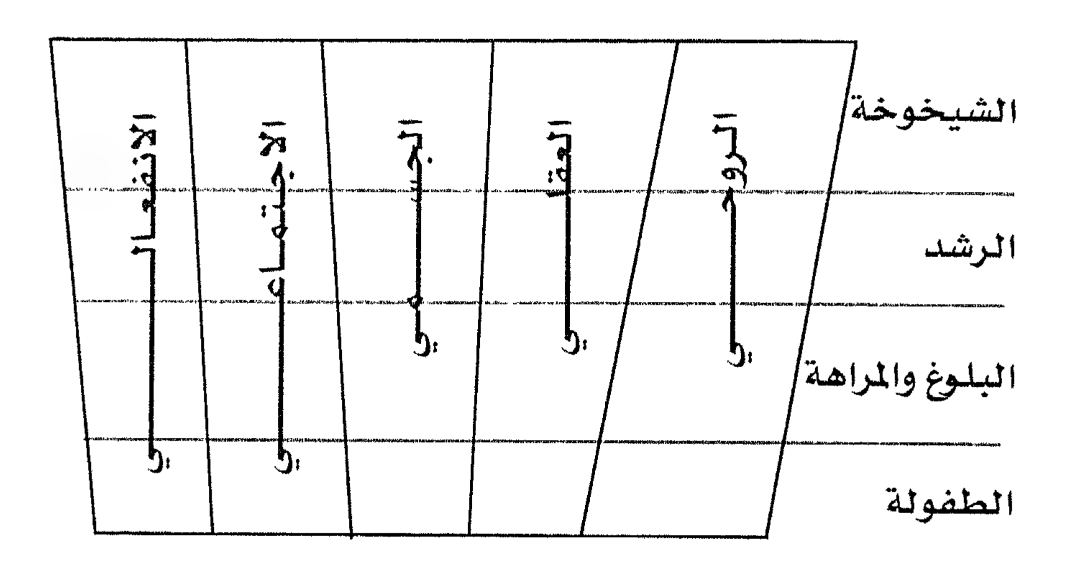
٢ – الجانب الروحي.

٣ – الجانب العقلي.

٤ – الجانب الانفعالي.

٥ – الجانب الاجتماعي.

والشكل (٢ – ٦) يبين هذه الجوانب في المراحل العمرية الأربع



الشكل (٢-٦)

جوانب النموذج البنائي للصحة النفسية من منظور إسلامي

ويلاحظ في هذا النموذج تقارب المساحة المتاحة لكل جانب من هذه الجوانب الخمسة الهامة لحياة الإنسان، كما يلاحظ اتساع أثر الجانبين الروحي والانفعالي كلما تقدم الإنسان في المراحل العمرية، وهذا مما تؤيده الدراسات والواقع المعاش في حياة الناس.

وقبل الدخول في تفاصيل هذا النموذج لابد من التنبيه إلى أن المقصود من هذا النموذج هو رسم الشروط العامة الواجب توافرها للفرد أو فيه، في كل مرحلة من المراحل العمرية وفي كل جانب من الجوانب المذكورة، ليحصل على الصحة النفسية المنشودة التي يُسعى إليها في الحياة.

أولاً - مرحلة الطفولة :

وهي أولى المراحل العمرية بعد الميلاد وإن كان يسبقها ما يسمى بمرحلة ما قبل الميلاد وهي مرحلة الجنين في بطن أمه والتي تتأثر بعوامل عديدة مثل الأصول الوراثية للوالدين والصحة العامة للأم ونوع التغذية والظروف الاجتماعية والمعيشية والانفعالية التي تمر بها خلال فترة الحمل وغيرها مما يمكن أن يكون له آثار إيجابية إذا كانت ظروفًا حسنة أو سلبية وإذا كانت ظروفًا سيئة تظهر على الجنين بعد ولادته وقد تستمر معه طوال حياته (٤٨).

وقد تحدث القرآن الكريم عن مرحلة ما قبل الميلاد من حيث مراحل الخلق في آيات كثيرة من مثل قول اللّه تعالى : ﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الإِنسَانَ مِن سُلالَةٍ مِّن طِينٍ ﴿١٢﴾ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ ﴿١٣﴾ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴾ [المؤمنون : ١٢ - ١٤]، وكما قال اللّه سبحانه : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى

ثُمَّ نُخرِجُكُمْ طفلاً ثُمَّ لتبلُغُوا أشُدَّكُم ومنكُم مَن يُتوفَّىٰ ومنكُم مَن يُرَدُّ إلىٰ أرذلِ العُمُر لكيلا يعلَم من بعدِ علمٍ شيئاً﴾ [الحج : ٥].

وقد تحدث الرسول صلى الله عليه وسلم عن مراحل خلق الجنين في أربع مراحل، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه قال : قال عبدالله: حدثنا رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو الصادق المصدوق قال : «**إن أحدكم يجمع خلقه في بطن أمه أربعين يوماً ثم يكون علقة مثل ذلك ثم يكون مضغة مثل ذلك، ثم يبعث الله ملكاً فيؤمر بأربع كلمات ويقال له اكتب عمله ورزقه وأجله وشقي أو سعيد ثم ينفخ فيه الروح**»(٤٩).

وبعد الولادة ينتقل المولود إلى عالم جديد يختلف كثيراً عن عالم الرحم الذي عاش فيه فترة الحمل. وتبدأ مرحلة الطفولة من بعد الميلاد مباشرة، وتستمر حتى مرحلة المراهقة، وهناك اختلاف في تحديد سن نهاية الطفولة ولكن الأغلب أنها ما بين ١٠ - ١٤ سنة، وهناك تقسيمات عديدة لمرحلة الطفولة لعل من أكثرها انطباقاً على المراحل الجسمية التي يمر بها الطفل ما ذكره ابن القيم في كتابه تحفة المودود في أحكام المولود حيث قسمها إلى :

١ - مرحلة الوليد : من بعد الولادة مباشرة.

٢ - مرحلة الصديغ : وهو الذي لم يشتد صدغه وتكون خلال السبعة أيام الأولى من الولادة.

٣ - مرحلة الرضيع : مادام يرضع اللبن وقد يستمر حتى يتم سنتين من العمر.

٤ - مرحلة الفطيم : إذا قطع عنه اللبن وبدأ تناول الطعام.

٥ - مرحلة الدارج : إذا بدأ يخطو ويتعلم المشي.

٦ - مرحلة الخماسي : إذا بلغ طوله خمسة أشبار.

٧ - مرحلة المثغور : إذا سقطت أسنانه.

٨ - مرحلة مثغر : إذا بدأت أسنانه بالإنبات بعد سقوطها.

٩ - مرحلة المميز : إذا بلغ سبع سنين أو قاربها وفيها يؤمر بالصلاة.

١٠- مرحلة المترعرع والناشئ : إذا بلغ عشر سنين.

١١- مرحلة اليافع : إذا قارب الحلم.

١٢- مرحلة البالغ : إذا بلغ الفرد وأصبح مناط التكليف.

١٣- مرحلة الحرور : إذا اجتمت قوته [٥٠].

وهذه التفاصيل الدقيقة من الإمام ابن القيم تدل على سعة علمه وبعد نظره وصواب رأيه. ونعود الآن إلى الجوانب الرئيسة في مرحلة الطفولة ومتطلباتها :

١ - الجانب الجسمي :

وهو الجانب الذي يظهر فيه الاختلاف والتمايز بين الأطفال من ساعة الولادة، فهذا وليد صغير الجسم وذاك متوسط الجسم وثالث كبير الجسم. والنمو الجسمي للطفل يحتاج إلى متطلبات رئيسة لابد من توفرها حتى يمكن أن يأخذ مجراه بشكل طبيعي من أهمها ما يلي :

١-١ سلامة الأجهزة والأعضاء الداخلية واستعدادها للقيام بوظائفها الطبيعية (كالجهاز الهضمي والعصبي والتنفسي والغدد وغيرها من الأجهزة داخل الجسم).

١-٢ عدم وجود الأمراض الجسمية الخطيرة أو المستديمة، فمثال الأمراض الخطيرة مثل سرطان الدم، والمستديمة مثل الشلل.

١-٣ توفر الغذاء الصحي المناسب لهذه الفترة من العمر. وتم وصف الغذاء بأنه الصحي لأنه أحياناً يتوفر غذاء لبعض الأطفال إلاّ أنه لا تتوفر فيه الشروط الصحية كالنظافة والخلو من الميكروبات والجراثيم ويكون صالحاً لا فساد فيه. أما الشرط الثاني وهو المناسب فيدور في شرطين هما :

أ - المناسب من حيث التنوع، ويقصد به ألاَّ يقتصر الطعام على نوع واحد (في السنة الثانية من العمر وما بعدها) بل ينوع فيه ما بين الخضار والفواكه واللحوم والألبان ومشتقاتها والنشويات والسكريات.

ب - المناسبة من حيث الكم ويقصد به ألاّ تكون الكمية قليلة فلا تفي بحاجة الجسم ولا كثيرة فتسبب التخمة والبدانة المضرتين، بل يكون الكم مناسباً للحاجة بلا إفراط ولا تفريط.

١-٤ النظافة والوقاية للطفل، إذ لابد أن توفر للطفل متابعة في تنظيفه بين فترة وأخرى لأنه لا يستطيع أن يقوم بذلك بنفسه. كما يجب وقايته من التعرض للأخطار المحيطة به في البيئة سواء شدة الحر أو البرد أو الارتطام بالأشياء الصلبة أو السقوط عليها. وحماية حواسه من المثيرات الحادة كالضوء القوي والأصوات القوية العالية. وعندما يستطيع الاعتماد على نفسه يجب توفير كل ما يساعده على تحصيل النظافة وسبل الوقاية من الأخطار بحسن تعليمه وتدريبه على ما يعينه على ذلك.

١-٥ توفر المجال والفرص للنشاط واللعب، وذلك بأن لا يمنع الطفل من اللعب غير الخطر، بل على الوالدين توفير الألعاب المناسبة للسن الذي يمر به الطفل لأن ذلك من مستلزمات النمو السليم لكل طفل.

٢ - الجانب الروحي :

وقد يتساءل البعض لماذا الجانب الروحي في هذه المرحلة المبكرة من العمر ؟ والإجابة هي أن الإسلام حرص على الإنسان منذ ولادته بتربية الجانب الروحي لديه، فهدى رسول اللّه صلى الله عليه وسلم هو الاهتمام بتلقين الوليد كلمة التوحيد وغيرها مما يدخل في ألفاظ الأذان من ساعة ولادته، فقد روى الإمام الترمذي في سننه عن عبيد اللّه بن أبي رافع، عن أبيه قال: رأيت رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أذن في أذن الحسن ابن علي حين ولدته فاطمة بالصلاة [٥١]. أما الحكمة من هذا الأذان فقد تحدث عنها الإمام ابن القيم فقال : «وسر التأذين، والله أعلم : أن يكون أول ما يقرع سمع الإنسان كلماته المتضمنة لكبرياء الرب وعظمته والشهادة التي أول ما يدخل بها في الإسلام، فكان ذلك كالتلقين له شعار الإسلام عند دخوله إلى الدنيا، كما يلقن كلمة التوحيد عند خروجه منها، وغير مستنكر وصول أثر التأذين إلى قلبه وتأثره به وإن لم يشعر مع ما في ذلك من فائدة أخرى، وهي هروب الشيطان من كلمات الأذان، وهو كان يرصده حتى يولد، فيقارنه للمجنة التي قدرها اللّه وشاءها، فيسمع شيطانه ما يضعفه ويغيظه أول أوقات تعلقه به. وفيه معنى آخر وهو أن تكون دعوته إلى اللّه وإلى دينه الإسلام وإلى عبادته سابقة على دعوة الشيطان، كما كانت فطرة اللّه التي فطر الناس عليها سابقة على تغيير الشيطان لها، ونقله عنها ولغير ذلك من الحكم» [٥٢].

فالإنسان مأخوذ عليه الشهادة بالوحدانية لله وحده منذ أن كان في صلب أبي البشر آدم عليه السلام - كما قال اللّه تعالى : ﴿ وإذ أخذ ربُّك من بني آدم من ظُهُورهمْ ذُرِّيَّتهُمْ وأشْهدهُمْ علىٰ أنفسهم ألسْتُ بربِّكُمْ قالُوا بلىٰ شهدنا أن تقُولُوا يوْم القيامة إنَّا كُنَّا عنْ هذا غافلين﴾ [الأعراف : ١٧٢]. قال الإمام ابن كثير في تفسير هذه الآية : (يخبر تعالى أنه استخرج ذرية بني آدم من أصلابهم، شاهدين على أنفسهم أن اللّه ربهم ومليكهم، وأنه لا إله إلاّ هو... وقال أيضاً : حدثنا علي بن سهل، حدثنا ضمرة بن ربيعة، حدثنا أبو مسعود عن جويبر قال : مات ابن الضحاك بن مزاحم، ابن ستة أيام، قال : فقال : يا جابر، إذا أنت وضعت ابني في لحده، فأبرز وجهه، وحل عنه عقده، فإن ابني مُجلَس، ومسؤول. ففعلت به الذي أمر، فلما فرغت قلت: يرحمك اللّه، عم يسأل ابنك ؟ ومن يسأله إياه ؟ قال: يسأل عن الميثاق الذي أقر به في صلب آدم. قلت: يا أبا القاسم، وما هذا الميثاق الذي أقر به في صلب آدم ؟ قال : حدثني ابن عباس أن اللّه مسح صلب آدم فاستخرج منه كل نسمة هو خلقها إلى يوم القيامة، فأخذ منهم الميثاق: أن يعبدوه ولا يشركوا به شيئاً، وتكفل لهم بالأرزاق، ثم أعادهم في صلبه. فلن تقوم الساعة حتى يولد من أعطى الميثاق يومئذ، فمن أدرك منهم الميثاق الآخر فوفى به، نفعه الميثاق الأول، ومن أدرك الميثاق الآخر فلم يف به لم ينفعه الميثاق الأول، ومن مات صغيراً قبل أن يدرك الميثاق الآخر، مات على الميثاق الأول على الفطرة» [٥٣].

وهنا يأتي دور البيئة التي يعيش فيها الطفل، فإن كانت تقوم على التوحيد لله سبحانه وتعالى فسوف تعينه على السير في الطريق الصحيح، وإن كانت تعتقد غير الدين الحق فسوف تكون سبباً في ضلاله وانحرافه عن الفطرة، وقد جاءت هذه المعاني في حديث عن رسول اللّه صلى الله

عليه وسلم رواه الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم قال : « **ما من مولود إلاّ يولد على الفطرة، فأبواه يهودانه، أو ينصرانه أو يمجسانه، كما تنتج البهية بهيمة جمعاء هل تحسون فيها من جدعاء** » (٥٤).

ولعل المثال الذي أورده الرسول صلى الله عليه وسلم في نهاية الحديث لتقريب المعنى للأذهان والأفهام بمثال محسوس حيث إن العرب أهل تربية للبهائم، فجاء المثال من واقعهم حيث تلد البهيمة بهيمة جمعاء (أي لها قرن) فيأتي صاحبها ويقطع هذا القرن فتصبح جدعاء، وهكذا بالنسبة للفطرة لدى الطفل فهي مستقيمة في أصلها فإن تم رعايتها على الإسلام نمت وقويت، وإن ربيت على الكفر فهذا تغيير للفطرة الأصلية وطمس لحقيقتها التي ولدت بها.

ولعل من أهم الأساليب لتقوية الجانب الروحي ما يلي :

٢ - ١ غرس حب اللّه سبحانه وتعالى والإخلاص له وحده في جميع الأعمال :

ذلك أن هذه المحبة هي الأساس الذي تقوم عليه العلاقة بين الخالق والمخلوق، وركنها الأعظم هو الإخلاص لله في كل عمل من أعمال الإنسان. والطفل كلما تقدم به العمر كلما كان أكثر تهيئاً لتدعيم هذا الحب وزيادته في قلبه عن طريق ذكر نعم اللّه الكثيرة عليه وأنه مصدر كل خير وأنه القادر وحده على دفع كل ضر. وقد علم الرسول صلى الله عليه وسلم عبداللّه بن عباس - رضي اللّه عنهما - ذلك ورباه على هذه المعاني العظيمة التي ينتج عنها بلا شك قوة في الإيمان وحبا لله وتعلق به وحده دون سواه من المخلوقين، وهذا ما يجب على كل مسلم أن يربي أولاده عليه

حتى يحصل الفلاح لولده في الدنيا والآخرة. فقد روى الإمام الترمذي في سننه عن ابن عباس - رضي اللّه عنهما - قال: كنت خلف رسول اللّه صلى الله عليه وسلم يوماً، فقال: «**يا غلام إني أعلمك كلمات: احفظ اللّه يحفظك، احفظ اللّه تجده تجاهك، وإذا سألت فاسأل اللّه، وإذا استعنت فاستعن باللّه واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلاّ بشيء قد كتبه اللّه لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلاّ بشيء قد كتبه اللّه عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف**» (٥٥).

وقد كان السلف الصالح يربون أطفالهم على حب اللّه ومراقبته منذ الصغر، ومما جاء في ذلك ما ذكره أبو حامد الغزالي في كتابه إحياء علوم الدين، حيث أورد أمثلة على تربيتهم لأبنائهم على حب الله (٥٦).

٢ - ٢ حب محمد صلى الله عليه وسلم وطاعته فيما أمر به أو نهى عنه:

لابد من تربية الأطفال منذ الصغر على محبة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم لأن ذلك من أصول دين الإسلام، ولا بد من ربط هذه المحبة بالاتباع له صلى الله عليه وسلم في كل ماورد عنه في كتب السنة. وهذه المحبة يجب أن تكون فوق محبة الإنسان لنفسه وذلك حتى يكون خضوع النفس كاملاً لما جاء به رسول اللّه صلي الله عليه وسلم، وقد حدث موقف لأمير المؤمنين عمر بن الخطاب رضي الله عنه في أمر المحبة يبين كيف يجب أن تعلو هذه المحبة حتى على محبة الإنسان لنفسه، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللّه بن هشام رضي الله عنه قال: كنا مع النبي صلى الله عليه وسلم وهو آخذ بيد عمر بن الخطاب فقال له عمر: يا

رسول اللّه لأنت أحب إلي من كل شيء إلاّ من نفسي، فقال النبي صلى الله عليه وسلم له: « **والذي نفسي بيده حتى أكون أحب إليك من نفسك** » فقال عمر: فإنه الآن والله لأنت أحب إليّ من نفسي، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: **الآن يا عمر**»(٥٧).

وقد بيّن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم كيف يربى الإنسان على محبة اللّه في المرتبة الأولى وذلك لأنه صاحب جميع النعم التي يعيش فيها الإنسان ثم تأتي محبة الرسول صلى الله عليه وسلم لأنها تبع لمحبة اللّه سبحانه وتعالى ثم محبة أهل بيت النبي صلى الله عليه وسلم تبعاً لحبه عليه الصلاة والسلام، فقد روى الإمام الترمذي في سننه عن ابن عباس رضي اللّه عنهما قال : قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : «**أحبوا اللّه لما يغذكم من نعمه، وأحبوني بحب اللّه، وأحبوا أهل بيتي لحبي**» (٥٨). وهذا الصحابي أنس بن مالك رضى الله عنه، والذي لازم الرسول صلى الله عليه وسلم منذ كان عمره عشر سنين، وقد تربى على محبته صلى الله عليه وسلم يروي حديثاً يتبين منه أن هذه المحبة تدخل الجنة. فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أنس بن مالك رضى الله عنه أن رجلاً سأل النبي صلى الله عليه وسلم عن الساعة، فقال : متى الساعة ؟ قال «**وماذا أعددت لها**» قال : لا شيء. إلا أني أحب الله ورسوله صلى الله عليه وسلم. فقال : « **أنت مع من أحببت** ». قال أنس: فأنا أحب النبي صلى الله عليه وسلم وأبا بكر وعمر، وأرجو أن أكون معهم بحبي إياهم وإن لم أعمل بمثل أعمالهم(٥٩).

٢ - ٣ التربية على حب العبادات والطاعات :

وذلك بأن يربى الطفل منذ الصغر على مختلف أنواع العبادات كالصلاة والصوم والحج والعمرة وإن لم يبلغ سن التكليف لأن ذلك تربية لنفسه على التعود على العبادة وألفتها حتى تكون من الأعمال المحببة للنفس المتكرر

عملها في برنامج الحياة للمسلم، وقد حث الرسول صلى الله عليه وسلم المسلمين على تربية أولادهم على الطاعات قبل البلوغ والتشديد عليهم لفعلها بعد البلوغ كالصلاة وهي عمود الإسلام يؤمر الطفل بها وهو ابن سبع سنين ويضرب عليها إذا بلغ سن العاشرة، فقد روى الإمام أبو داود في سننه عن عمرو بن العاص رضي اللّه عنه عن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أنه قال: « **مروا أولادكم بالصلاة أبناء سبع سنين، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر، وفرقوا بينهم في المضاجع**»[٦٠].

٢ -٤ تلاوة القرآن الكريم وحفظه :

والقرآن كلام اللّه المنزل على رسول اللّه (والمتعبد بتلاوته لجميع المسلمين، وهو من أهم الأساليب في دعم الجانب الروحي لدى الصغار والكبار على حد سواء. وقد جاء الأمر من اللّه ومن رسوله بتلاوة القرآن وتدبره وحفظه، قال اللّه تعالى : ﴿ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ ﴾ [المزمل: ٢٠] وقال سبحانه: ﴿ أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَىٰ قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا ﴾ [محمد: ٢٤].

وحث رسول اللّه صلى الله عليه وسلم على تلاوة القرآن الكريم وبين أنه يأتي يوم القيامة شفيعاً لأصحابه، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي إمامة الباهلي قال: سمعت رسول اللّه صلى الله عليه وسلم يقول: « **اقرأوا القرآن. فإنه يأتي يوم القيامة شفيعاً لأصحابه..**»[٦١]. كما روى الإمام مسلم حديثاً آخر عن أم المؤمنين عائشة رضي اللّه عنها قالت: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: « **الماهر بالقرآن مع السفرة الكرام البررة. والذي يقرأ القرآن ويتتعتع فيه وهو عليه شاق له أجران** »[٦٢]. ولعل في هذا الحديث دعوة للجميع لتلاوة القرآن حتى الشخص الذي لديه صعوبة في النطق له أجران نتيجة المشقة التي يلقاها عند القراءة، فكيف يكون الحال بالنسبة للشخص المعافى لاشك أنه أحرى بالحرص على

التلاوة والحفظ بحيث يكون ماهراً فيه فينال المنزلة العظيمة التي وردت في الحديث.

والقرآن رصيد لصحة الإنسان النفسية بل هو شفاء للإنسان المؤمن كما قال اللّه تعالى: ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلاَّ خَسَارًا ﴾ [الإسراء: ٨٢].

وقد كان الصحابة رضي الله عنه أجمعين أحرص الناس على تعلم القرآن وحفظه وتعويد أطفالهم على حفظه منذ الصغر، وأمثلة ذلك كثيرة يصعب حصرها وأي مطلع على أي كتاب من كتب السنة أو السير سوف يجد الكثير من الشواهد في ترجماتهم حيث تتكرر عبارة حفظ القرآن وهو ابن ست أو سبع أو ثمان أو تسع أو عشر سنين. وكذلك السلف الصالح من هذه الأمة. فهذا الإمام الشافعي يقول: حفظت القرآن وأنا ابن سبع سنين. ويقول سهل بن عبداللّه التستري: فمضيت إلى الكتاب فتعلمت القرآن وحفظته وأنا ابن ست سنين أو سبع سنين. وقال أبو محمد عبداللّه بن محمد ابن عبدالرحمن الأصبهاني: حفظت القرآن ولي خمس سنين(٦٣).

٢ - ٥ الأسوة في سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم وأصحابه والسلف الصالح :

لابد من أن يتَّخذ الطفل منذ صغره رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أسوة حسنة يقتدي بها في جميع الأقوال والأفعال، كما جاء ذلك من عند اللّه سبحانه وتعالى للأمة جمعاء، قال اللّه تعالى: ﴿ لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴾ [الأحزاب: ٢١]. فعلى الآباء والمربين أن يعرضوا على الأطفال نماذج من سيرة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم المتصفة بمكارم الأخلاق ومعالي الصفات، بطرق تناسب عمر الطفل ونضجه العقلي. وكذلك عرض نماذج

من سير الصحابة وسلف الأمة في كل المجالات عن حب الله روسوله صلى الله عليه وسلم، والرغبة في تعلم تعاليم الدين، والتضحية بالنفس والنفيس في سبيل نصرة الإسلام ورفع رايته فوق كل الرايات، والنتائج التي حصلوا عليها بالعزة والغلبة في الدنيا ومرضاة الله ودخول الجنة في الآخرة. وهذه بلا شك دعائم قوية للجانب الروحي للفرد المسلم.

٢ - ٦ رعاية الإيمان بالغيب :

وهذا أسلوب مهم متى ما أحسن الآباء والمربون دعمه وتقويته في نفس الطفل فإن له بلا شك آثراً قويا في إيمانه، ويشمل الغيب جميع المغيبات عن الإنسان كاليوم الآخر والجنة والنار والملائكة والجن وغيرها مما هو من عالم الغيب. ويسهم هذا الدعم في مد أفق الطفل وإعطاءه مجالاً رحباً لتفسير كثير من الحوادث التي تقع في الحياة بطريقة مناسبة وعدم الاقتصار على المحسوسات والحياة الدنيا التي يعيشها، كما أن هذا الأسلوب يربي الطفل على الصبر على ما يحدث له في هذه الحياة طمعاً في الأجر والمثوبة من الله في الحياة الأخرى الدائمة والتي لا نهاية لها. وهذا الأسلوب يستعمل مع الطفل في العادة بعد تجاوزه لسن العاشرة.

٣ - الجانب العقلي :

في مرحلة الطفولة يزداد النمو العقلي للطفل بشكل كبير ومتدرج، حيث يبدأ بالتركيز على المحسوسات وينتقل إلى المصورات وأخيراً المجردات في نهاية مرحلة الطفولة وبداية المراهقة. لذا نجد أن الطفل قبل سن الخامسة يتعذر عليه أن يميز بين الحروف الهجائية المختلفة، ولكن عندما يبلغ هذه السن وبعدها يستطيع التعرف على الحروف الكبيرة ويقلد شكلها بطريقة بدائية، لذا يجب التدرج في تعلم الطفل الحروف وكتابتها وعدم استغلال حماس الطفل للنطق بالأحرف ومحاولة كتابتها بعجلة وعدم

التريث والتدرج في تعليمه القراءة والكتابة. وفي السن ما بين الثالثة والرابعة من العمر يبدأ الطفل إدراك مدلول الزمن كاليوم والأمس والغد ويستطيع بعد ذلك إدراك التسلسل الزمني للأعمال التي قام بها، مثل عندما يسأل الطفل من أين لك هذا؟ يقول: ذهبت لماما لتعطيني إياه وذهبت للمطبخ وفتحت الثلاجة وأخذته منها ثم أعطته إياه وجاء به إلى هنا.

إدراك الطفل للأوزان يعتمد على قدرته على السيطرة على أعضائه ثم مدى معرفته بطبيعة المادة التي يتكون منها الجسم الذي يريد إمساكه أو حمله، ويعود السبب في سقوط أكثر الأشياء التي يتعامل معها الأطفال إلى عجز الطفل عن السيطرة على أعضاء جسمه، لذا يجب تدريبه على حمل الأشياء التي يستطيع حملها بطريقة صحيحة وتجنيبه الأشياء التي فوق طاقته. أما إدراك الألوان فإنه ممكن للطفل فيما بين سنتين إلى سنتين ونصف حيث يبدأ التمييز بين الألوان، ويستطيع الاستجابة للون معين دون سواه. وإدراك الأعداد لدى الطفل يكون أساسه التشابه، لذا إذا أردنا تعلم الطفل الجمع فعلينا أن نعطيه أشياء متشابهة يضيف بعضها إلى بعض، مثل ثلاثة أقلام يضيف إليها أربعة أقلام من نفس النوع[٦٤]. في السن الواقع بين ٦-٨ سنوات يستطيع الطفل إدراك موضوعات العالم الخارجي من حيث اتصال بعضها ببعض، ويدرك الأشياء بصيغها الكلية ولا يهتم كثيراً بالجزئيات المكونة لها. ولا يعطي اهتماماً للموضوعات غير المرتبطة بالخبرات الحية، لذا يجب على الآباء والمربين ربط ما يقدمونه للأطفال بواقع الحياة. كما أن تركيزه لا يستمر طويلاً خصوصاً في الأحاديث الشفهية، لذا يجب مراعاة ذلك والحرص على ربط المعلومات أو ما يراد إيصاله للطفل بطريقة عملية حسية حركية كل ما أمكن إلى ذلك سبيلاً[٦٥].

وفي هذه المرحلة العمرية تكون الذاكرة لدى الطفل في أفضل حالاتها من حيث القابلية لسرعة الحفظ كما يقابلها سرعة في النسيان إلاّ إذا تلى الحفظ بالتكرار والممارسة، لذا يجب الحرص على تعليم الأطفال تلاوة القرآن الكريم وحفظه بَدْءًا من هذه السن المبكرة لما له من أثر إيجابي على تعويد القدرات العقلية للطفل وتدريبها بشكل سليم ومرن مع ارتباط هذا النشاط بكونه عبادة لله سبحانه وتعالى يكون من نتائجها التوفيق والبركة في حاضر الأطفال ومستقبلهم.

٤ - الجانب الانفعالي :

بعد ولادة الطفل لا يتمايز لديه من الانفعالات سوى الشعور بالارتياح أو عدم الارتياح المعبر عنه عادة بالبكاء. وبالتدريج يبدأ يتفرع من انفعال الارتياح السرور والتودد والتبسم، بينما يتفرع من انفعال عدم الارتياح البكاء والغضب والغيرة والخوف وغير ذلك من الانفعالات. وتتصف انفعالات الطفل بالشدة وقصر المدة وسرعة التغير والانتقال من انفعال إلى انفعال آخر مقابل له كالانتقال السريع من البكاء إلى الضحك أو العكس.

وتلعب الأم دوراً رئيساً في نمو الجانب الانفعالي بشكل سليم بالنسبة لطفلها حيث يتعامل معها في مواقف كثيرة كالرضاعة والفطام والتدريب على ضبط التبول والتبرز وغير ذلك من سلوكيات الضبط المرتبطة بجوانب انفعالية.

ويجب ترك الفرصة للطفل للتعبير عن انفعالاته بصورة سليمة خصوصاً عندما يكون الموقف متعلق بالأم أو الأب أو المعلم لأن لكل واحد من هؤلاء منزلة كبيرة في نفس الطفل فعندما يصدر منهم تشجيع أو توبيخ فله عليه أثر كبير إيجاباً أو سلباً.

وكلما كبر الطفل كلما كان أقدر على ضبط انفعالاته والتقليل من حدتها وإبقائها لفترة أطول من السابق وعدم الانتقال السريع من انفعال إلى انفعال آخر بل يكون لديه نوع من الثبات النسبي للانفعال.

ويجب على الوالدين توفير الحنان والعطف للطفل في صغره وإشباع عواطف الحب والمودة التي يظهرها لهما، ولذلك نجد القرآن الكريم يذكر فضل الوالدين ودعمهما للإنسان وهو صغير وتذكره لهذا الدعم عندما يكبر كما قال اللّه تعالى: ﴿وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيراً﴾ [الإسراء:٢٤]. يقول سيد قطب حول هذه الآية : (ثم يأخذ السياق في تظليل الجو كله بأرق الظلال ؛ وفي استجاشة الوجدان بذكريات الطفولة ومشاعر الحب والعطف والحنان... فهي الذكرى الحانية. ذكرى الطفولة الضعيفة يرعاها الوالدان)[٦٦].

وقد كان من سنة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم محبة الأطفال والعطف عليهم وتقبيلهم حرصاً منه على نموهم نمواً سليماً من الناحية الانفعالية. وقد كان ينكر الجفوة على الأطفال وعدم تقبيلهم كما روى ذلك الإمام البخاري في صحيحه تحت عنوان : رحمة الولد وتقبيله ومعانقته. عن أنس رضي الله عنه قال: أخذ النبي صلى الله عليه وسلم إبراهيم فقبله وشمه. وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قبَّل رسول اللّه صلى الله عليه وسلم الحسن بن علي وعنده الأقرع بن حابس التميمي جالساً فقال الأقرع: إن لي عشرة من الولد ما قبلت منهم أحداً. فنظر إليه رسول اللّه صلى الله عليه وسلم ثم قال: «**من لا يَرحم لا يُرحم**». وعن عائشة رضي اللّه عنها قالت: جاء إعرابي إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: تقبلون الصبيان، فما نقبلهم، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: «**أو أملك لك أن نزع اللّه من قلبك الرحمة**» [٦٧].

٥ - الجانب الاجتماعي :

يحدث النمو الاجتماعي للطفل نتيجة احتكاكه بمن حوله، وأول هؤلاء الأم التي يتربى في أحضانها ويألفها ويكتسب منها أوائل الاستجابات التلقائية للسلوكيات التي تصدر منه. وعندما يتدرج في نموه وتتسع دائرة علاقاته بأبيه وأخوانه وأقاربه يزداد تفاعله الاجتماعي ويتنوع خصوصاً عندما يبدأ في استخدام الكلام بعد سن سنتين، فيستطيع الأخذ والرد والاستفسار والقبول والرفض.

واللعب هو المجال الأرحب في هذه السن لتدريب الجوانب الاجتماعية لدى الطفل، لكون اللعب نشاطًا تلقائيا لابد للطفل من ممارسته، لذا يأتي دور الوالدين في كيفية استغلال اللعب وتوجيهه إلى تحقيق الجوانب الاجتماعية المرغوب فيها كالتعاون والمشاركة والتسامح والإيجابية والمحبة والضبط الانفعالي واحترام الآخرين وحقوقهم وممتلكاتهم.

ويحسن تعويد الأطفال على حضور مجالس الكبار حتى يألفها ويكتسب فيها الألفة وحسن الأدب، فقد كان أطفال الصحابة رضوان اللّه عليهم أجمعين يحضرون مجالس رسول اللّه صلى الله عليه وسلم، فهذا عبداللّه بن عمر بن الخطاب رضي اللّه عنهما يحضر مع أبيه وهو صغير مجلس رسول اللّه صلى الله عليه وسلم فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللّه بن عمر بن الخطاب رضي اللّه عنهما قال: كنا عند النبي صلى الله عليه وسلم فأتى بجمّار فقال: «**إن من الشجر شجرة مثلها كمثل المسلم**». فأردت أن أقول هي النخلة فإذا أنا أصغر القوم فسكت. قال النبي صلي الله عليه وسلم: «**هي النخلة**». وفي رواية أخرى عن عبداللّه بن عمر بن الخطاب رضي اللّه عنهما أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم

قال: «**إن من الشجر شجرة لا يسقط ورقها وهي مثل المسلم حدثوني ما هي**». فوقع الناس في شجر البادية، ووقع في نفسي أنها النخلة. قال عبداللّه فاستحييت. فقالوا : يا رسول اللّه أخبرنا بها. فقال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**هي النخلة**». قال عبداللّه فحدثت أبي بما وقع في نفسي، فقال: لأن تكون قلتها أحب إلي من أن يكون لي كذا وكذا [٦٨].

والطفل في هذه السن يميل إلى التقليد وتكرار ما يراه أمامه، لذا يجب الحرص على أن تكون السلوكيات التي يتعامل بها معه من قبل الوالدين أو غيرهما سليمة وإيجابية وتربي فيه التعاون والمساعدة والإيثار وحب الخير والعمل به والدعوة إليه وبغض الشر والبعد عنه ونهي الآخرين عنه.

ثانياً - مرحلة البلوغ والمراهقة :

يعتبرها المتخصصون في الدراسات النفسية أخطر مراحل العمر وأكثرها أثراً في شخصية الإنسان بقية عمره، وهي المرحلة العمرية الثانية التي تلي مرحلة الطفولة، وليست هناك حدود فاصلة بين المراحل العمرية، بل علامات ودلائل يستدل من خلالها الباحثون إلى انتقال هذا الإنسان إلى مرحلة جديدة فيها كثير من الاختلاف عن المرحلة التي سبقتها.

وتبدأ مرحلة المراهقة بالبلوغ الجنسي وظهور علاماته لدى الذكر أو الأنثى، ومن أهم العلامات لدى الأنثى بروز الثديين ونعومة الصوت واستدارة الرقبة وظهور الحيض. أما لدى الذكر فأهمها ظهور الإفرازات المنوية وغلظة الصوت وظهور شعر الذقن. وليس هناك تحديد زمني لبداية ظهور هذه العلامات، بل التفاوت موجود داخل الجنس الواحد (ذكر أو أنثى) أما بين الجنسين ففي العادة تسبق البنت الولد بحوالي نصف سنة[٦٩]. وتمتد عادة ما بين سن : ١٢ ـ ٢١ سنة.

ونتناول فيما يلي الجوانب الخمسة لهذه المرحلة :

١ - الجانب الجسمي :

في أواخر مرحلة الطفولة يكون النمو الجسمي متدرجاً بطيئاً هادئاً، ولكن عند الدخول في مرحلة البلوغ ينعكس الأمر تماماً حيث تحدث سرعة كبيرة في النمو الجسمي بشكل غير متناسق بين أعضاء الجسم، بحيث تطول القامة وتكبر اليدان والقدمان وتشتد العضلات ويميل الصوت إلى الغلظة ويبدأ الشعر في الظهور في الذقن وسائر الجسم وتبدأ الغدد التناسلية في إفراز الحيوانات المنوية لدى الفتى، ولدى الفتاة يبرز الشديان وينعم الصوت ويرق الجلد وتبدأ دورة الحيض في الظهور. كما ينخفض معدل النبض بمعدل ٨ مرات في الدقيقة وتنخفض نسبة استهلاك الجسم للأوكسجين ويرتفع ضغط الدم تدريجيا. وكل هذه التغيرات تتسبب في شعور المراهق بالتعب والإرهاق عند بذله لمجهود بدني كبير[٧٠].

ويسير النمو الجسمي للمراهق في جانبين : خارجي وداخلي. ويسمى النمو الخارجي بالنمو العضوي أي نمو الأعضاء الخارجية في جسم الإنسان والتي تحدثنا عن شيء منها في الفقرة السابقة. أما الداخلي فيسمى بالنمو الفسيولوجي أي نمو الأجهزة الداخلية لجسم المراهق، وأهم مظاهره:

نمو المعدة واتساع حجمها وزيادة قدرتها على هضم الغذاء. ونمو القلب واتساع حجمه، ونمو الشرايين والأوردة الدموية مما يترتب عليه زيادة قدرة القلب على مد خلايا الجسم بما يلزمها من الطاقة اللازمة لعمليات النمو المستمرة في جسم المراهق.

وتنمو الغدد التناسلية لدى الذكر والأنثى، وتتمثل لدى المراهق في الخصيتين فيصبح قادراً على إفراد الحيوانات المنوية. ولدى المراهقة تتمثل في المبيضين فتكون مهيأة لإفراز البويضات ومن ثم يظهر لديها الحيض ويصبح عادة شهرية تلازم الأنثى حتى سن اليأس. ويحدث تطور للغدد الصماء في هذه المرحلة يتمثل في ضمور الغدتين الصنوبرية والتيمومية (الصعترية). وتصبح لدى الغدة النخامية القدرة على التأثير على بقية الغدد. وتفرز تسعة حواث (جزئيات سائلة تنتجها الغدد) من ثلاثة فصوص تنظم النمو وإدرار اللبن وتوزيع الأملاح وتنظيم شحنة الجنس وإعطاء صفات الجنس الثانوية وغيرها مثل توتر العروق وصباغ الجلد.

وتزداد إفرازات الغدة الدرقية في بداية المراهقة، ثم تقل هذه الزيادة وتعود لحالتها الطبيعية بسبب النضج الجنسي الذي يقلل شدة إفرازها[٧١].

هذه أهم معالم النمو الجسمي في المراهقة والتي تحتاج من الوالدين والمحيطين بالمراهق كل الرعاية والاهتمام من حيث توفير المطالب المساعدة على النمو السليم وتجنب التعليقات والتهكمات على التغيرات التي تحصل للمراهق في أعضاء جسمه وصوته مما يجنبه الحرج وأحياناً الانطواء نتيجة سماعه لمثل تلك التعليقات والتهكمات الصادرة ممن يكبره في السن.

٢ - الجانب الروحي :

هذا الجانب من أهم الجوانب الواضحة في حياة المراهقين والمراهقات حيث يظهر بشكل واضح في هذا السن وفي كل المجتمعات البشرية بدرجات متفاوتة ويسمى بأسماء مختلفة ففي بعض المجتمعات غير الملتزمة بالدين تسمية جانب أخلاقي ومجتمعات أخرى تسميه جانب

فلسفي وفي مجتمعات ثالثة تسميه جانب ديني وتدخل فيه ما هو من الدين وما ليس منه، والمجتمع المسلم يرى هذا الجانب من أهم جوانب النمو للمراهق، ومصدره تعاليم الوحي التي ينقلها لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم سواء ما ورد في القرآن الكريم أو السنة النبوية المطهرة.

ويبدأ المراهق بالشعور بالمعاني الدينية ومناقشتها والبحث عن الأدلة التي تؤيدها أو تعارضها بحيث يحاول الوصول إلى الصحيح الثابت القائم على الدليل وينتقد ما اعتاد عليه الكبار وليس له دليل يسنده. كما أن المراهق يشعر بالذنب ويلجأ إلى اللّه في الملمات والشدائد ويظهر التزاماً كبيراً بالعبادات سواء كانت فروضًا أو نوافل وينتقد بحدة المتكاسلين عنها، ويميل إلى الالتحاق بصفوف المجاهدين في سبيل اللّه، ويجد في نفسه الرغبة الأكيدة في القيام بهذا العمل. وكل هذه مظاهرة طبيعية تمر بالمراهق وتعكس توافقه مع فطرته التي فطر عليها وهي الالتزام بما جاء به الدين.

وقد ذكر النغيمشي بعض الشروط والمهيئات التي تسهم في تنمية الجانب العبادي عند المراهق، بحيث يجب على المحيطين به مراعاتها :

١ - أن يكون حث المراهق وتوجيهه إلى هذا الجانب عفويا، وبطرق غير مباشرة ما أمكن؛ إذ أن المراهقين حساسون للأسلوب الإملائي المباشر، ويمتازون بالاعتداد بأنفسهم واستقلاليتهم، وقد يعاندون أحياناً.

٢ - مخاطبة عقول المراهقين وأفكارهم إلى جانب عواطفهم ومشاعرهم؛ نظراً لما يتميز به المراهق من تفتح عقلي، وقدرة منطقية، وحيوية فكرية، تتوق إلى مخاطبة العواطف، والمشاعر الممزوجة بالمناقشة

العقلية؛ وهذا هو أسلوب القرآن، في مواضع كثيرة عندما يوجه الناس إلى الدينونة لله وعبادته.

٣ - أن يبدأ المربي في مناقشة هذا الجانب والتوجيه إلى ممارسته مبكراً، مع بداية المراهقة أو قبلها. وقد أثبتت بعض الدراسات النفسية أن استعداد المراهق للاستقبال والاستثارة والاسترشاد بالكبار يكون أكبر في السنوات الأولى المبكرة من المراهقة وهو سن ١٣، ١٤، ١٥ ويتقلص الاستقبال، وتزداد الاستقلالية فيما بعد ذلك.

٤ - توظيف قدرات المراهق في التأمل، والتساؤل، والتفكر، حول الكون والنفس والحياة.

٥ - استثمار مواقف الضعف والضيق والشدائد والنوازل عند تربية الناحية العبادية، فالمراهق ذو عواطف غزيرة، ومشاعر هشة، وهو ضعيف التحمل، قليل التجربة، بحاجة إلى السند والقوة، وبحاجة إلى التعرف على القدرة الإلهية، اللجوء إلى اللّه في الكرب والشدائد[٧٢].

وهكذا يتضح لنا أهمية الجانب الروحي للمراهق حتى ينمو نموا سويا يفيده ويحميه في حاضره ومستقبله. أما قول بعض علماء النفس عن فترة المراهقة بأنها تتصف بالشك وعدم الإيمان بمسلمات الدين، ومعارضة لتوجيهات الوالدين في هذا الجانب، فهذا قول غير صحيح حيث يجيب عبدالرحمن العيسوي على هذا الادعاء قائلاً : « بالرغم من أن كثيراً من علماء النفس يزعمون أن فترة المراهقة تمر بحالة ارتباك خلقي وتطرف سياسي، وتغير في القيم، وقبول القيم الدينية أو رفضها، ولكن هذا لا يحدث إلاّ بالنسبة لقلة بسيطة من المراهقين، أما الأغلبية الساحقة، فإنها تظل محتفظة بالاتجاهات الدينية التي يعتنقها الوالدان، ويعتنقون مبادئ تشبه مبادئ الوالدين في الفلسفات السياسية والأخلاق والجنس وما أشبه

ذلك. ففي إحدى الدراسات وجد أن ٨٥٪ من المراهقين أعضاء في الكنيسة، وأن ٥٪ يرتادون الكنيسة بانتظام، وأن ١٪ لم يذهبوا للكنيسة وأن ٧٥٪ يعتقدون اعتقاداً راسخاً في وجود الله»[٧٣].

والنسب المذكورة في الدراسة التي أجريت في مجتمع غربي تعطي بعض الدلالة على مدى تدين المراهقين في تلك المجتمعات العلمانية، ولا شك أن الباحثين سيجدون في مجتمعات المسلمين نسب تفوق هذه النسب بكثير نتيجة لسلامة الدين الإسلامي من التحريف ومناسبته للفطرة التي فطر الإنسان عليها، فلذا يلاحظ كثرة المراهقين في المساجد وشيوع مظاهر الالتزام بينهم.

٣ - الجانب العقلي :

يرى المتخصصون في الدراسات النفسية أن المرحلة السابقة لهذه المرحلة (الطفولة) يظهر فيها الفرق في الذكاء بين الأفراد، أما مرحلة المراهقة فهي ميدان لظهور الفروق في القدرات العقلية (كالقدرة اللفظية والقدرة المكانية والقدرة العددية والقدرة الإدراكية وغيرها) لدى المراهقين. حيث يرى جاريت Garrett أن الذكاء يبدو بوضوح في الطفولة لتقارب المستويات العقلية المختلفة بعضها مع بعض، وأن القدرات تبدو بوضوح في المراهقة لتباعد هذه المستويات ولتنوع حياة الفرد العقلية ولتباين واختلاف مظاهر نشاطها. وقد أيده في هذا عدد من الباحثين[٧٤].

تنمو لدى المراهق القدرة على التعلم المنظم واكتساب المهارات والمعلومات، ويصبح لديه القدرة على الفهم والاستدلال وإدراك العلاقات بين الظواهر، كما تزيد لديه القدرة على التذكر بحيث تعينه على استخدام التذكر المعتمد على الفهم وليس التذكر الآلي فقط. كما تنمو لديه القدرة

على التجريد وفهم الرموز واستخداماتها، ويصبح أكثر قدرة على حل المشكلات التي تواجهه، ويستطيع إدراك معنى الخير والشر والفضيلة والعدالة والمساواة كما يصبح قادراً على الاستنتاج والاستقراء وكلها دلائل على توفر القدرة على التفكير المجرد الذي لا يستلزم المحسوسات للقيام بممارسته، وتتضح في المراهقة القدرة الكبيرة على التخيل ويصبح قادراً على التحليق في عالم الخيال عبر الزمن وقادراً كذلك على وصف الانفعالات والمشاعر النفسية التي تمر به، وهذا لم يتوفر له عندما كان في سن الطفولة.

ويرى بياجيه أن الإنسان في مرحلة المراهقة يصل إلى أعلى مراحل النمو المعرفي وهي ما يسميها بمرحلة العمليات الشكلية (المجردة) حيث يستطيع التعامل مع الرموز واستخدام التفكير المجرد غير الحسي، ويصبح قادراً على ممارسة كافة العمليات العقلية التي يمارسها الراشدون.

ونمو الجانب العقلي لدى المراهق يضع على المحيطين به مسؤولية كبيرة في حسن رعايته وتوفير ما يعينه على النمو العقلي السليم ويلقي عليهم مسؤولية أكبر وأهم ألا وهي توجيه هذه الإمكانات العقلية إلى ما يفيد المراهق ومجتمعه في حاضره ومستقبله، وحمايته مما يمكن أن يسيء استخدام هذه الإمكانات والقدرات فيما يضره أو يضر المجتمع الذي يعيش فيه، ومعظم هذه الأخطار مصدرها أصدقاء السوء الذين يعيشون داخل المجتمع ويعملون على إفساد أبنائه بكل طريقة ممكنة.

٤ - الجانب الانفعالي :

يتسم الجانب الانفعالي للمراهق بالمبالغة والحدة والتطرف، حيث تظهر الانفعالات بشكل سافر غير متوازن سواء الحب أو الكره أو الغضب أو

الرضا أو الموالاة أو العداوة وغيرها. وهي نتاج للتغيرات الكبيرة التي تحدث للمراهق في الجانب الجسمي الذي سبق الحديث عنه أو النظرة الجديدة من قبل الآخرين لهذه التغيرات التي طرأت على المراهق.

ويظهر جانب المغالاة لدى المراهق في حبه لأحد أساتذته وذكر لمحاسنه بين زملائه ودفاعه عنه إذا هاجمه أحد أو انتقصه أمامه، وكذلك الحال بالنسبة للمراهقة حيث تتعلق بإحدى معلماتها فتدافع عنها وتقلدها في اللباس والزينة وتكثر من ذكر اسمها وأقوالها وأفعالها لأهلها وصديقاتها.

ويجب على المحيطين بالمراهق مراعاة هذه التغيرات الهامة في حياة المراهقة ومعرفة هذه الحساسية الانفعالية المرهفة لحالته، كما يجب توظيف هذه الطاقات الانفعالية توظيفاً إيجابيا نحو الخير والمعروف ومساعدة الآخرين، وإلاّ وظفت في جوانب أخرى غير إيجابية كالحب الزائف والهيام بالجنس الأخرى، وممارسة سلوكيات من قبل الشباب تعكس الفورة الانفعالية التي يمرون بها والتي قد تظهر في ظواهر غير جيدة مثل قيادة السيارات بتهور (التفحيط بالسيارات) وغيرها من السلوكيات غير المرغوب فيها.

٥ - الجانب الاجتماعي :

يبرز هذا الجانب بشكل واضح في سلوكيات المراهقين والمراهقات، حيث يبحث المراهق عن المناسبات التي يظهر فيها إمكاناته للآخرين ويعرض قدراته على القيام بالمسؤوليات الملقاة عليه من قبل الكبار، ولعل عرض هذا الجانب من خلال المجموعات أو الجماعات التي يعايشها المراهق أو المراهقة أوضح السبل للبيان والإيضاح.

٥ - ١ الأسرة :

هي البيئة المباشرة للمراهق أو المراهقة التي نشأ وترعرع فيها. وموقف أعضاء هذه الأسرة في التعامل مع المراهق أو المراهقة يلعب دوراً كبيراً في بناء شخصية المراهق أو المراهقة. ويعتبر الأب والأم أهم الأفراد الذين يتوقف أسلوب معاملتهم للمراهق أو المراهقة على تجاوز هذه المرحلة بسلام أو في الجانب الآخر التسبب في إحداث مشكلات للمراهق أو المراهقة قد تؤدي بهما للانحراف لا سمح اللّه. فمتى ما كان الوالدان متفهمين لخصائص هذه المرحلة ويسعيان لإعطاء المراهق والمراهقة قدراً مناسباً من المسؤولية يتناسب مع إمكاناتهما وقدراتهما، ويفسحان لهما قدراً مناسباً من الاستقلالية يشعران معه بإشباع حاجة تحقيق الذات التي يشعران بها في قرارة نفسيهما ويسعيان للبحث عن سبل لتحقيقها، فهذا بلا شك من العوامل المساعدة على النمو الطبيعي للمراهق والمراهقة.

٥ - ٢ الرفاق :

للرفاق الدور الأكبر في حياة المراهقين والمراهقات، حيث يقضي معهم أكبر فترة متاحة في اليوم والليلة، وتبرز أهمية الرفاق في كونهم جماعة مرجعية لتحديد المواقف الاجتماعية من كثير من الأمور التي تقابل المراهق في الحياة، ومن خلال ما تتبناه هذه الجماعة من معايير وقيم تحدد مواقف وسلوكيات المراهقين في المجتمع.

وتشير العديد من الدراسات النفسية إلى رجوع المراهقين إلى قرنائهم أكثر من رجوعهم إلى الكبار كالآباء والمعلمين خصوصاً فيما يتعلق بأنماط السلوك والملبس والهوايات والبرنامج اليومي وما إلى ذلك[٧٥].

وأسباب انصراف المراهق إلى الرفقة ليستمد منها الآراء والمواقف والسلوكيات والأفكار عديدة، ولعل من أهمها :

أ - الحاجة النفسية : حيث تلبي الرفقة حاجة نفسية ملحة لدى المراهق، بحيث يصعب عليه الاستغناء عنها.

ب - الاختيار الحر : حيث يختار المراهق الرفقة التي يريد بدون إلزام من الآخرين مع الانتباه إلى العوامل المساعدة على هذا الاختيار مثل الجيرة والقرابة والزمالة الدراسية.

ج - التشابه : حيث يجد المراهق لدى الرفاق ما يشبه ما لديه من طبائع وأحاسيس ومشاعر وتغيرات في النواحي الجسمية والنفسية وغيرها.

د - الجماعية : حيث يساعد تعدد الأفراد داخل الرفقة في تكوين قوة جماعية في الرأي والسلوك والدفاع عَمَّا يقومون به تجاه الانتقادات التي تأتي في العادة من جماعة الكبار [٧٦].

ونظراً لما للرفاق من أهمية كبيرة في حياة الإنسان عامة والمراهق خاصة عنى الإسلام بحسن اختيارها بالبحث عن الرفيق الصالح والحذر من رفيق السوء، وقد صور القرآن الكريم موقف الإنسان النادم يوم القيامة الذي صاحب قرين السوء الذي أبعده عن الصلاح والاستقامة ودله على طريق الشيطان، حيث يقول اللّه سبحانه وتعالى : ﴿ وَيَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَىٰ يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلاً ﴿٢٧﴾ يَا وَيْلَتَىٰ لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلانًا خَلِيلاً ﴿٢٨﴾ لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلإِنسَانِ خَذُولاً ﴾ [**الفرقان** : ٢٧ - ٢٩].

كما بيّن رسول الهدى صلى الله عليه وسلم في مثال حسي للأمة أثر الرفيق الصالح ورفيق السوء بحسن الأثر والعاقبة أو سوء الأثر والعاقبة، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي موسى رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : «**مثل جليس الصالح والسوء كحامل المسك ونافخ الكير فحامل المسك إما أن يحذيك وإما أن تبتاع منه وإما أن تجد منه ريحاً طيبة ونافخ الكير إما أن يحرق ثيابك وإما أن تجد ريحاً خبيثة**» [٧٧].

ففي هذا الحديث الشريف ضرب مثال لموضوع معنوي بشيء حسي حتى يقترب من ذهن المتلقي تصوره وتصور آثاره. فكان المثال بالجليس الصالح وأثره على الإنسان بحامل المسك ذو الريح الطيبة التي يحبها الناس ويقبلون عليها وعلى شرائها، فعند ما يذهب المسلم إلى بائعها لا يحرم واحد من أمور حسنة ثلاثة، إما أن يشتري منه ما يذهب به إلى بيته فيستفيد وليستفيد منه أهله، وإما أن يهديه البائع من هذه الروائح الطيبة وإما أن يكسب ريحاً طيبة في جسمه وملبسه، فكذلك الرفق الصالح لايعدم من أمور الخير فإما أن يجد منه المسلم العون في أمور الخير كلها فيدله على الحق وينهاه عن الباطل ويعينه وقت الشدة، وإما أن يكون سبيلاً لمنعه من الالتحاق برفقة السوء، وكذلك يكون سبيلاً إلى دلالته إلى أهل الخير والصلاح فيأنس بهم ويكونون عوناً له في هذه الحياة. أما الآخر فضرب به مثلاً نافخ الكير وهو الصانع الذي يعالج الحديد بالنار، فإذا جاء إليه الإنسان سوف يلحقه الضرر لا محالة فإما أن تطير شرارة فتحرق ثيابه وإما أن تلتصق ريح الكير في ملابسه وهي ريح خبيثة يشمئز منها الناس، فكذلك رفيق السوء لا يجد منه الإنسان الخير أبداً، فهو يزيّن للإنسان أمور الشر ليقع فيها ويبعده عن أمور الخير ويصده عنها، وإما أن يكون حاجزاً بينه وبين الالتحاق بالرفقة الصالحة التي هي مبتغى الإنسان المسلم في هذه الحياة.

خاتمة

ما سبق عرض لمظاهر النمو المختلفة في مرحلة البلوغ والمراهقة التي يمر بها الفرد، إلاّ أنه لا بد من التنبيه إلى التقسيم الذي أوردناه للجوانب هو للدراسة والتبسيط فقط وإلاّ فإن الواقع هو تفاعل هذه الجوانب في كل متكامل يستحيل فصل نمو جانب عن جانب آخر. كما تؤدي الظروف الداخلية للفرد والخارجية المحيطة به دوراً في تيسير عملية النمو بشكل طبيعي أو إعاقته عن ذلك السير وحدوث أنواع الإعاقات للفرد في أي جانب من الجوانب التي سبق دراستها.

ثالثاً - مرحلة الرشد :

تعتبر هذه المرحلة أطول مراحل عمر الإنسان بصورة عامة وتمتد في العادة من النصف الأول من العشرينيات (٢١ - ٢٥ سنة) إلى النصف الأول من الستينيات (٦٠ - ٦٥ سنة) من عمر الإنسان. وفي بداياتها تكتمل الخصائص الجسمية والنفسية والعقلية والانفعالية والاجتماعية للفرد. وهذه المرحلة لم تنل حظا وافراً من الدراسة والبحث إلاّ في القرن العشرين، حيث ركز الباحثون القدماء ومعظم المحدثين على المرحلتين السابقتين من العمر الطفولة والمراهقة.

وتنقسم هذه المرحلة إلى قسمين (مرحلتين) هما:

(أ) **مرحلة الشباب** : وتبدأ من أوائل العشرينيات من العمر إلى أوائل الأربعينيات، وهي ما سمي في القرآن الكريم بالأشد، و في اللغة هي مبلغ الرجل الحنكة والمعرفة.

قال الأزهري : «الأشد في كتاب اللّه تعالى في ثلاثة معان يقرب اختلافها، فأما قوله في قصة يوسف عليه السلام: ولما بلغ أشده؛ فمعناه الإدراك والبلوغ وحينئذ راودته امرأة العزيز عن نفسه؛ وكذلك قوله تعالى: ﴿ وَلا تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلاَّ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّىٰ يَبْلُغَ أَشُدَّهُ ﴾ [الأنعام: ١٥٢] وبلوغه أشده أن يؤنس منه الرشد مع أن يكون بالغاً. وأما قوله تعالى في قصة موسى، صلوات اللّه على نبينا وعليه: ﴿ وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَاسْتَوَىٰ ﴾ [القصص: ١٤] ؛ فإنه قرن بلوغ الأشد بالاستواء، وهو أن يجتمع أمره وقوته ويكتهل وينتهي شبابه. وأما قول اللّه تعالى في سورة الأحقاف: ﴿ حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً ﴾ [الأحقاف: ١٥] فهي أقصى نهاية بلوغ الأشد وعند تمامها بعث محمد صلى الله عليه وسلم نبيا وقد اجتمعت حنكته وتمام عقله [٧٨].

وبعد هذا المرور على المعنى اللغوي نعود للمعاني الواردة للآية الكريمة في قول اللّه تعالى : ﴿ وَوَصَّيْنَا الإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلاثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ ﴾ [الأحقاف: ١٥]. يقول سيد قطب في تفسير هذه الآية: (وبلوغ الأشد يتراوح بين الثلاثين والأربعين. والأربعون هي غاية النضج والرشد، وفيها تكتمل جميع القوى والطاقات، ويتهيأ الإنسان للتدبر والتفكر في اكتمال وهدوء. وفي هذه السن تتجه الفطرة المستقيمة السليمة إلى ما وراء الحياة وما بعد الحياة. وتتدبر المصير والمآل) [٧٩].

وتصور الآية الكريمة الإنسان الراشد وهو يسعى إلى ثلاثة مطالب: الأول طلب المعونة على شكر النعم عليه وعلى والديه من قبله وذلك بالاعتراف لله وحده بالفضل السابق وبالنعمة السابغة، والمطلب الثاني: المعونة على العمل الصالح من فعل الطاعات وترك المنهيات على أن تكون على وجه يرضاه اللّه سبحانه وتعالى: ﴿وأنْ أعْمَل صالحًا ترْضاهُ﴾ [النمل: ١٩] و [الأحقاف: ١٥] والمطلب الثالث: طلب الصلاح والاستقامة على الطاعة للذرية والأولاد لأن صلاح الأولاد يعود بالنفع عليه، كما روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه : أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم قال: «**إذا مات الإنسان انقطع عنه عمله إلاّ من ثلاثة : إلاّ من صدقة جارية، أو علم ينتفع به، أو ولد صالح يدعو له**) (٨٠).

وتختم الآية بأمرين هامين يجب أن يلزمهما المسلم مدة الحياة وهما: ملازمة التوبة وتجديدها كلما أحدث معصية، والأمر الثاني التزام جماعة المسلمين وعدم مفارقتهم إلى غير المسلمين لما في ذلك من دعم لدينه ومساندة لإيمانه ما دام على قيد الحياة.

(ب) مرحلة الكهولة : وتمتد من أوائل الأربعينيات إلى أوائل الستينيات من العمر. وهي مرحلة تغير نسبي كما أنها مرحلة بداية الانحدار في الوظائف والأجهزة في جوانب عدة لدى الإنسان.

ويطلق بعض الباحثين على هاتين المرحلتين أسماء أخرى، حيث يسمي المرحلة الأولي مرحلة الرشد المبكرة ،والثانية مرحلة الرشد المتأخرة (٨١).

ونعود الآن لتناول جوانب النمو في مرحلة الرشد، بمرحلتيها دون تفريق للتكامل الحاصل بينهما :.

١ - الجانب الجسمي :

تعتبر مرحلة الرشد مرحلة اكتمال النضج الجسمي للفرد حيث يكتمل نمو وتطور كافة الوظائف الجسمية للإنسان في منتصف العشرينيات من العمر. وكذلك الحال بالنسبة للطول والوزن وتناسق الأعضاء وأدائها لأدوارها. ثم تأتي فترة الاستقرار والثبات المستمر فيما بين أواسط العشرينيات وأوائل الثلاثينيات. ويصل معدل الأيض (عمليتي البناء والهدم الحيويين) إلى أعلاه في هذه المرحلة عندما يصل إلى ٣٨,٥ سعراً في الساعة بالنسبة للذكور، ٣٦,٥ سعراً في الساعة بالنسبة للإناث في المدى العمري الذي يقع بين ٣٠ - ٤٠ سنة [٨٢].

وتكون وظائف الإخصاب في أفضل فتراتها في بداية هذه المرحلة بالنسبة للذكور والإناث. فالشاب يكون في قمة قدرته الجنسية والفتاة تكون في أوج مراحل القدرة على الحمل والإنجاب والرضاعة والتعويض الجسمي السريع. ومن هنا جاء توجيه الرسول صلى الله عليه وسلم في الحديث الشريف الذي رواه الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللّه قال : كنا مع النبي صلى الله عليه وسلم شباباً لا نجد شيئاً فقال لنا النبي صلى الله عليه وسلم: «**يا معشر الشباب من استطاع الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء**» [٨٣].

وفي أواخر الثلاثينيات وأوائل الأربعينيات من العمر تبدأ مرحلة الانحدار في الوظائف الجسمية للفرد، فحاسة السمع تبدأ في الضعف مما يؤثر في رد فعل الفرد عند استجابته للمتحدثين، ولهذا الضعف عوامل

فسيولوجية تتمثل في ضعف الأذن وأعصابها، وعوامل نفسية تتمثل في أن الراشد بعد عمر الأربعين يميل للانطواء بصفة عامة بسبب ما يجد في ذلك من سعادة شخصية أو لعدم محبته لما يجري حوله: وهذه العوامل تجعله أقل إحساساً بما يدور حوله خصوصاً الكلام، وإذا رغب عن ذلك الكلام فإن الكلام يصل إليه ببطء.

وكذلك في حاسة البصر يحدث انخفاض كبير في حدة البصر خصوصاً لمن تعدى سن الأربعين، ويزداد معدل التدهور عندما لا تتوفر الشروط الصحية للمحافظة على النظر عند القراءة والمشاهدة، والذي يسبب إجهاداً للبصر ولا سيما عندما يكون هناك تنقل للبصر بين أشياء بعيدة وأخرى قريبة مثل مشاهدة لوحة السبورة والكتاب على الطاولة للدارس في فصل دراسي [٨٤].

وكذلك الحال بالنسبة لباقي الحواس حيث يظهر الضعف العام التدريجي فيها.

وتكون القوة العضلية في أوج قوتها في بداية مرحلة الرشد وتستمر في ثبات قوتها إلى أن تبدأ في الضعف في أواخر العشرينيات.

وللمحافظة على مختلف الوظائف الجسمية بصورة جيدة الأداء لابد من مراعاة تناول الغذاء الصحي السليم المتوازن، وممارسة نوع من أنواع الرياضة المناسبة (وخصوصاً المشي) بصورة مستمرة بحيث تكون جزء من البرنامج اليومي للفرد. وكذلك الحرص على الفحص الدوري على أجهزة الجسم للمبادرة بمعالجة ما قد يطرأ على الجسم من عوارض وأمراض في بدايتها مع الحرص على مبدأ درهم وقاية خير من قنطار علاج.

٢ - الجانب الروحي :

في هذه المرحلة يكون للجانب الروحي معناه الحقيقي الذي يشعر به الفرد وبلذته. وفيها قمة النضج الروحي للفرد، ولذلك كان اللّه سبحانه وتعالى وهو الأعلم بخلقه يبعث الرسل عليهم السلام في سن الأربعين. وهذا ما حدث مع رسول اللّه صلى الله عليه وسلم كما ورد في كتب السير، ومنها كتاب الرحيق المختوم حيث يقول مؤلفه : «ولما تقاربت سنه صلى الله عليه وسلم الأربعين... حبب إليه الخلاء، فكان يأخذ السويق والماء ويذهب إلى غار حراء في جبل النور... وكان اختياره صلى الله عليه وسلم لهذه العزلة طرفاً من تدبير اللّه له، وليعده لما ينتظره من الأمر العظيم، ولابد لأي روح يراد لها أن تؤثر في واقع الحياة البشرية فتحولها وجهة أخرى... لابد لهذه الروح من خلوة وعزلة بعض الوقت، وانقطاع عن شواغل الأرض وضجة الحياة » [٨٥].

وعلى الفرد أن يسعى لدعم الجانب الروحي لديه وذلك بالتعلق باللّه سبحانه وتعالى وحده وإخلاص العمل له دون سواه، والالتزام بالأوامر العبادية التي جاء بها رسول اللّه صلى الله عليه وسلم من أركان الإيمان والإسلام والحرص على تطبيقها ليقوي إيمانه وتعلو وتصفو روحه. كما أن للرفاق دور في دعم إيمان الروح والتزامها بطاعة اللّه وبعدها عن معصيته، لذا أوضح الرسول صلى الله عليه وسلم أن الأرواح المتقاربة في الخير يدعم بعضها بعض، من خلال التآلف والعمل الصالح. فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن عائشة رضي اللّه عنها قالت: سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول: «**الأرواح جنود مجندة فما تعارف منها ائتلف وما تناكر منها اختلف** » [٨٦].

والروح المطمئنة إلى اللّه وعبادته يحصل لها خير كثير ذكر شيئًا منه

العلامة ابن القيم في كتابه «الروح» عندما قال: «فالطمأنينة إلى الله سبحانه حقيقة ترد منه سبحانه على قلب عبده تجمعه عليه، وترد قلبه الشارد إليه حتى كأنه جالس بين يديه يسمع به ويبصر به ويتحرك به ويبطش به، فتسري تلك الطمأنينة في نفسه وقلبه ومفاصله وقواه الظاهرة والباطنة تجذب روحه إلى الله، ويلين جلده وقلبه ومفاصله إلى خدمته والتقرب إليه »[٨٧].

وهكذا يكون للجانب الروحي دور كبير في شخصية الفرد وسلوكه، فكلما كانت روحه أقرب إلى الله وطاعته كانت أنقى وأصفى، والعكس بالعكس.

٣ - الجانب العقلي :

يرتبط الجانب العقلي في أداء وظائفه بدرجة كبيرة بأداء الوظائف الجسمية. وحيث ورد في فقرة سابقة بداية تدريجية في تدهور أداء الوظائف الجسمية الداخلية وكذلك في الحواس، فهذا يؤثر ويظهر في الأداء العقلي للفرد. ويؤكد بياجيه في نظريته حول التطور المعرفي أن الراشد يعايش مرحلة العمليات الصورية (Formal Operation Stage) وهناك بحوث تؤكد أن بعض الراشدين قد لا يبلغون هذه المرحلة في تكوينهم المعرفي [٨٨]. وفي مستوى الذكاء للراشدين لا تظهر فروق خلال مرور الإنسان بهذه المرحلة العمرية بصورة ملفتة حتى الخمسينيات من العمر.

ويرتبط بالذكاء القدرة الإبداعية حيث تكون في أظهر صورها في هذه المرحلة من العمر، فنرى الأفكار المبدعة والطرق المبتكرة للتعامل مع الأشياء، وكثير من المبدعين والمبتكرين ظهرت إبداعاتهم وابتكاراتهم في هذه المرحلة العمرية.

العمل الصالح = القدرة التسخيرية + الإرادة العازمة.

الإرادة العازمة = القدرات العقلية الناضجة + المثل الأعلى والكونية المربية.

الإرادة التسخيرية = القدرات العقلية الناضجة + الخبرات الدينية والاجتماعية.

وجميع هذه العناصر التي تشتمل عليها المعادلات المذكورة أعلاه تنمو وتنضج بالتربية والإعداد المناسبين.

لذلك لا تكتفي التربية الإسلامية بوعظ الإنسان لإتيان العمل الصالح، وإنما يسبق الوعظ إحكام تنمية المكونات الأولى للعمل الصالح، أي تنمية القدرات العقلية، والوصول بها إلى درجة النضج، ثم المثل الأعلى، ثم الخبرات الدينية والاجتماعية والكونية، ثم المزاوجة بينها طبقاً لقواعد معينة لتوجد المركبين الآخرين وهما: الإرادة العازمة، والقدرة التسخيرية باعتبارها جميعاً، حين تنضج تربيتها، تنتهي إلى إنجاب «العمل الصالح» الذي هو الهدف الأخير للعملية التربوية [٩١].

رابعاً - مرحلة الشيخوخة:

وهي المرحلة الأخيرة من مراحل حياة الإنسان في الحياة الدنيا، وعادة تبدأ من أوائل الستينيات إلى نهاية العمر. وكما أن الإنسان أول ما ولد كان ضعيفاً عاجزاً محتاجاً لمساعدة وعون الآخرين حتى يكبر ويقوى ويستقل بنفسه ثم يأتي دوره ليعين غيره، وهنا تبدأ مرحلة الضعف مرة أخرى، وقد لخصت ذلك آية واحدة من القرآن الكريم عندما قال اللّه تعالى: ﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنۢ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنۢ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ﴾ [الروم: ٥٤].

٥ - الجانب الاجتماعي :

وفي هذه المرحلة يبلغ الجانب الاجتماعي مداه من حيث المتطلبات والمسؤوليات المتعددة المطلوب من الراشد القيام بها فهو صاحب وظيفة مطلوب منه أداء مهامها بكفاءة وهو زوج مسؤول عن زوجته وأب مسؤل عن أولاده والصرف عليهم وتوفير متطلباتهم ومتابعة شؤونهم والقيام بتربيتهم، وهو ابن أو بنت لأب وأم أو أحدهما وما يحتاجانه من رعاية واهتمام، ثم هو كذلك له أصدقاؤه ورفاقه الذين يحتاجون لبعض الأوقات ليقضيها معهم. وهكذا تتعدد دوائر العلاقات الاجتماعية للراشد تشمل كل ما ذكر أعلاه. ولذلك عليه أن يوازن بين هذه المتطلبات ويعطي كل ذي حق حقه وخصوصاً الوالدين (إن وجدا أو أحدهما) وكذلك الأولاد، ثم لا ينسى نفسه ممَّا يفيده وخصوصاً الأعمال الصالحة بكافة صورها، وقد لخصت آية قرآنية كريمة ذلك في قول اللَّه تعالى: ﴿ وَوَصَّيْنَا الإِنسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلاثُونَ شَهْرًا حَتَّىٰ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ ﴾ [**الأحقاف** : ١٥]. يقول سيد قطب حول هذه الآية : « بلوغ الأشد يتراوح بين الثلاثين والأربعين. والأربعون هي غاية النضج والرشد، وفيها تكتمل جميع القوى والطاقات، ويتهيأ الإنسان للتدبر والتفكر في اكتمال وهدوء. وفي هذه السن تتجه الفطرة المستقيمة السليمة إلى ما وراء الحياة وما بعد الحياة. وتتدبر المصير والمآل.

ويصور القرآن هنا خوالج النفس المستقيمة، وهي في مفرق الطريق، بين شطر من العمر ولَّى، وشطر يكاد آخره يبتدئ. وهي تتوجه إلى اللَّه: ﴿ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ ﴾ [**الأحقاف** : ١٥].

يقول سيد قطب عن هذه الآية : « إنها جولة مديدة، يرون فيها أوائلها في مشهود حياتهم، ويرون أواخرها مصورة تصويراً مؤثراً كأنها حاضرة أمامهم. وهي جولة موحية لمن كان له قلب أو ألقى السمع وهو شهيد...

إنه ضعف البنية الجسدية الممثل في تلك الخلية الصغيرة التي ينشأ منها الجنين... ثم هو ضعف المادة التي ذرأ منها الإنسان الطين الذي لولا نفخة من روح اللّه لظل في صورته المادية أو في صورته الحيوانية... ثم هو ضعف الكيان النفسي أمام النوازع والدفعات، والميول والشهوات، التي لولا النفخة العلوية وما خلقت في تلك البنية من عزائم واستعدادات، لكان هذا الكائن أضعف من الحيوان المحكوم بالإلهام. ﴿ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ﴾ [الروم: ٥٤].. قوة بكل تلك المعاني التي جاءت في الحديث عن الضعف. قوة في الكيان الجسدي، وفي البناء الإنساني، وفي التكوين النفسي العقلي. ﴿ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً ﴾ [الروم: ٥٤] .. ضعفاً في الكيان الإنساني كله. فالشيخوخة انحدار إلى الطفولة بكل ظواهرها. وقد يصاحبها انحدار نفسي ناشئ من ضعف الإرادة حتى ليهفو الشيخ أحياناً كما يهفو الطفل، ولا يجد من إرادته عاصماً. ومع الشيخوخة الشيب، يذكر تجسيماً وتشخيصاً لهيئة الشيخوخة ومنظرها[٩٢].

ونتناول فيما يلي الجوانب الخمسة في هذه المرحلة.

١ - الجانب الجسمي :

تبدأ مظاهر الضعف الجسمي في الظهور والتزايد في هذه المرحلة العمرية. ولعل من أبرزها ما سبق وأن ذكرناه من أن معدل الأيض (عملية الهدم والبناء الحيوي داخل الجسم) يصل إلى أعلى معدلاته (٣٨,٥ سعراً في الساعة للذكور و ٣٦,٥ سعراً في الساعة للإناث) في المدى العمري ما

بين ٣٠ - ٤٠ سنة، ثم يتوجه للهبوط ليصل إلى ٣٥ سعراً في الساعة حوالي سن ٧٠ سنة ويستمر في الهبوط إلى نهاية عمر الفرد. وكذلك الحال بالنسبة لإفراز الغدد الصماء التي تصل إلى أعلى معدلاتها في الرشد (ما بين ٢٠ - ٣٠ سنة) ثم تهبط بعد ذلك في معدل إفرازها بسرعة منتظمة إلى سن ٧٠ سنة ثم تنتظم في الهبوط إلى نهاية حياة الفرد [٩٣].

وكذلك الحال بالنسبة لقوة تدفق الدم إلى سائر أجزاء الجسم حيث تضعف تدريجيا مع تقدم عمر الفرد لأنها تبلغ أقوى مستوياتها في سن العشرينيات، وما بعدها تعتبر مراحل ضعف في تدفق الدم، لذلك تكثر حالات جلطات الدم لدى الكبار أكثر منها بكثير لدى الصغار والشباب. ونفس الحال بالنسبة للتنفس حيث تقل نسبة الهواء في عمليتي الشهيق والزفير تبعاً لزيادة العمر، حيث تنقص قوة التنفس في الشيخوخة بنسبة ٢٥٪ عما كانت عليه في مرحلة الرشد [٩٤].

ويتضح في الشيخوخة بطء ردود الفعل لدى الفرد وهذا ناتج عن بطء الاستجابات العصبية، والتي قد ترجع للأسباب المذكورة أعلاه التي تنتج عن ضعف في نسبة الأكسجين التي يحملها الدم للمخ، إضافة إلى ضعف السعة الهوائية للرئتين، أكثر مما ترجع إلى شيخوخة الخلايا العصبية ذاتها كما يمكن أن يتوقعه البعض. كما تبدأ العضلات في الضمور وتقل مرونتها مما يؤثر على النواحي الحركية للفرد، ويمكن التغلب - بدرجة ما - على ضمور العضلات عن طريق الغذاء وذلك بزيادة تناول الأطعمة ذات المواد البروتينية مثل اللحوم بأنواعها الحمراء والبيضاء، وخصوصاً الأسماك لقلة الكوليسترول فيها، وكذلك الأجبان والبيض واللبن، مع مراعاة الحالة الجسمية الصحية للفرد حتى لا تؤدي هذه الزيادة إلى زيادة نسبة البولين في الدم غير المرغوب فيه [٩٥].

وكذلك الحال بالنسبة للحواس حيث تظهر فيها نواحي الضعف في السمع والبصر والتذوق وبقية الإحساسات، بل قد يصل الأمر إلى فقدان إحدى هذه الحواس أو بعضها بسبب تعرض مختلف أجهزة الجسم التنفسية والهضمية والعضلية والعصبية لبعض الأمراض التي يصعب على الجسم في هذه المرحلة مقاومتها.

٢ - الجانب الروحي :

تتصف مرحلة الشيخوخة بقوة الجوانب الروحية لدى الفرد حيث يظهر التزامه بتعاليم الدين وممارسته الدائمة لشعائره بصورة منتظمة وعن قناعة وارتياح. بل يجد الفرد في هذه المرحلة في التعاليم الدينية الملجأ والمستقر من صخب الحياة الدنيوية التي بدأ يتخفف منها ومن همومها التي شغلت كثيراً من مراحل عمره السابقة.

ويصور لنا القرآن الكريم في العديد من الآيات الكريمة كيف أن الإنسان المؤمن يزداد يقينه وإيمانه كلما كبر به السن، فهذا نبي الله زكريا عليه السلام مع كبر سنه - حيث ورد في بعض التفاسير أنه بلغ ١٢٠ سنة وهو عقيم - عندما رأى رزق الله لمريم، توجه إلى الله بالدعاء أن يرزقه ذرية صالحة مع كبر سنه وعقم زوجته، ولذلك لقوة إيمانه بالله وبقدرته على كل شيء. قال الله تعالى: ﴿ هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِن لَّدُنكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ ﴿٣٨﴾ فَنَادَتْهُ الْمَلائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيَحْيَىٰ مُصَدِّقًا بِكَلِمَةٍ مِّنَ اللَّهِ وَسَيِّدًا وَحَصُورًا وَنَبِيًّا مِّنَ الصَّالِحِينَ ﴿٣٩﴾ قَالَ رَبِّ أَنَّىٰ يَكُونُ لِي غُلامٌ وَقَدْ بَلَغَنِيَ الْكِبَرُ وَامْرَأَتِي عَاقِرٌ قَالَ كَذَلِكَ اللَّهُ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ ﴾ [**آل عمران**: ٣٨ - ٤٠].

وكذلك في قصة الشيخ الصالح الذي تزوج موسى عليه السلام إحدى ابنتيه لما رأى فيهما العفاف والصلاح، وبحث الشيخ الصالح عن الزوج الصالح عندما عرض على موسى عليه السلام تزويجه إحدى ابنتيه، وهذا دليل على قوة إيمان الشيخ وصلاحه، يقول اللَّه تعالى: ﴿**وَلَمَّا وَرَدَ مَاءَ مَدْيَنَ وَجَدَ عَلَيْهِ أُمَّةً مِّنَ النَّاسِ يَسْقُونَ وَوَجَدَ مِن دُونِهِمُ امْرَأَتَيْنِ تَذُودَانِ قَالَ مَا خَطْبُكُمَا قَالَتَا لا نَسْقِي حَتَّىٰ يُصْدِرَ الرِّعَاءُ وَأَبُونَا شَيْخٌ كَبِيرٌ**﴾ [القصص: ٢٣] إلى قول اللَّه سبحانه: ﴿**قَالَ إِنِّي أُرِيدُ أَنْ أُنكِحَكَ إِحْدَى ابْنَتَيَّ هَاتَيْنِ عَلَىٰ أَن تَأْجُرَنِي ثَمَانِيَ حِجَجٍ فَإِنْ أَتْمَمْتَ عَشْرًا فَمِنْ عِندِكَ وَمَا أُرِيدُ أَنْ أَشُقَّ عَلَيْكَ سَتَجِدُنِي إِن شَاءَ اللَّهُ مِنَ الصَّالِحِينَ**﴾ [القصص: ٢٧].

وكان الصحابة على أعلى درجات الالتزام بأوامر اللَّه جل وعلا حتى في شيخوختهم حيث يستمرون في أداء النوافل مع عدم وجوبها، فقد روى الإمام أبو داود في سننه عن مولى أسامة بن زيد، أنه انطلق مع أسامة إلى وادي القرى في طلب مال له، فكان يصوم يوم الإثنين ويوم الخميس، فقال له مولاه: لم تصوم يوم الإثنين ويوم الخميس وأنت شيخ كبير؟ فقال: إن نبي اللَّه صلى الله عليه وسلم كان يصوم يوم الإثنين ويوم الخميس، وسئل عن ذلك، فقال: «**إن أعمال العباد تعرض يوم الإثنين ويوم الخميس**»[٩٦].

وفي هذا دلالة على رغبة كبير السن في التزام أوامر الدين سواء الواجبات منها أو النوافل، مع عوامل الضعف التي تدب في جسمه، إلاّ أن علو الجانب الروحي لديه يدفعه للاستمرار في الطاعات بل الزيادة فيها حيث تحتل جزءًا كبيرًا من برنامجه اليومي.

٣ - الجانب العقلي :

نظراً لما ذكرنا ه سابقاً في الجانب الجسمي من ضعف في الحواس وهي مصادر الاستقبال بالنسبة للعقل وقواه، فإن ذلك يترتب عليه ضعف عام في الأنشطة العقلية مثل الانتباه والإدراك والتعلم والتذكر والتصور والتفكير، وزيادة النسيان.

ولكن هذا المظاهر لا تأتي دفعة واحدة فهناك تفاوت بين الأفراد حسب ظروفهم التي نشأوا فيها وخصائصهم الجسمية والعقلية التي ولدوا بها أو سبل الرعاية البيئية التي ترعرعوا فيها.

وتعتبر عملية التذكر والنسيان من أهم المظاهر التي تلاحظ على الشيوخ. فالتذكر يعتمد على عوامل عدة أهمها في هذه المرحلة قوة دافع التعلم ومستواه وكذلك التدريب الذي تلقاه بعد تعلمه. ففي السابق كان الدافع قويًا للتعلم ولكن يضعف هذا الدافع في الكبر مما يؤثر في عملية التذكر ويضعفها، إضافة إلى التعلم في الكبر تنقصه الدقة والوضوح والتركيز لذلك ينعكس ذلك على التذكر لأن مصادره غير واضحة ومشوشة. أما التدريب فيتضح في تذكر الشيخ للأشياء القديمة ونسيانه للأشياء الحديثة، لأن القديم تعلمه منذ زمن أقدم وتدرب عليه أكثر من خلال تكراره له في أحاديثه اليومية، على عكس الأشياء الحديثة التي لم تحظ بتدريب كاف يساعدها على البقاء، فلذلك يصعب تذكرها. والوجه المقابل للتذكر هو النسيان حيث ينطبق عليه ما ذكر في موضوع التذكر. والقدرات العقلية للشيخ تصاب بالضعف التدريجي خصوصاً في أدائها، وهناك تفاوت بين القدرات في ضعفها تبعاً لتفاوت نوعها وعملها وطريقة قياسها، لذلك تتفاوت النسبة والسرعة لضعف هذه القدرات.

وتعتبر القدرة الاستدلالية، والتي تعتمد على عمليات عقلية عليا، أسرع القدرات تعرضاً للضعف، وذلك راجع إلى ضعف استقبال الشيخ للمواقف الجديدة ومقاومته لها إضافة إلى الانتقال السالب لآثر التدريب.

وكذلك الأمر بالنسبة للذكاء لاعتماده على القدرات العقلية العليا فيظهر فيه الضعف النوعي أي أن الضعف يظهر في سرعة الاستجابة ولكن في جانب الدقة تكون أقوى في هذه المرحلة لتريث الشيخ وتدقيقه في الأمور.

ومن الملاحظ كذلك أن القدرتين اللفظية والعددية أنشط القدرات لدى الشيخ وأقلها تعرضاً للضعف السريع. والسبب في ذلك اعتماده المتكرر عليهما في نشاطه اليومي من حيث دخله ومصروفاته إضافة إلى كثرة حديثه للآخرين عن ماضيه وتجاربه التي مر بها.

ويجدر بالذكر هنا التنبيه إلى أهمية الرعاية التي يجب أن يلقاها الشيخ من الآخرين من حيث الاعتراف بمكانته والاستفادة من تجاربه وعدم مطالبته بمهام لم يعد قادراً عليها. إضافة إلى إشعاره بأن له قيمة في الحياة وعليه الاستمرار في العطاء وفق ظروفه الحالية دون انقطاع وانعزال عن مجريات العصر الذي يعيش فيه.

٤ - الجانب الانفعالي :

نظراً لتكاثر عوامل الضعف التي تداهم الشيخ في هذه المرحلة لذا تظهر عليه علامات القلق والخوف نتيجة لأي طارئ يحدث له. ويتسم الجانب الانفعالي لديه بعلامات تشابه ما سبق وإن مر عليه في طفولته ومراهقته، من حيث الاهتمام الزائد بنفسه وبمطالبه دون مراعاة لظروف من حوله أو إمكاناتهم، فإذا تأخر الأبناء في تحقيق مطالبه عنفهم

ووصفهم بالعقوق ونكران الجميل دون تقدير لأسباب ذلك التأخير. كما يلاحظ عليه الاعتزاز بالذات وبما حققه في ماضيه والنقد والسخرية بالجيل الحاضر ووصفه بالعجز والتقصير وعدم القدرة على مقاومة الصعاب وتخطيها. كما أن الشيخ حساس لأي نقد يوجه إليه أو إلى تصرفاته فهو يتوقع من الآخرين قبول كافة تصرفاته دون نقاش أو جدال، بل يصل الأمر إلى حد التعصب للآراء التي يتبناها على أنها هي الصحيحة دون سواها. ويشعر بالسعادة عندما يسمع المدح والإطراء من الآخرين على ما قام به أو تميز به في حياته الماضية والحاضرة.

وعلى هذا ينبغي مراعاة مشاعر الكبار وتفهم نفسياتهم خصوصاً عندما يفقد شريك الحياة. فالمسلم مطالب باحترام الكبار وتحمل ما قد يصدر منهم تجاهه، حتى وإن رأى في ذلك السلوك جرح لمشاعره أو اعتداء على حقوقه ومكانته، ولقد جاء الأمر من اللّه بعدم التلفظ حتى بأدنى الكلمات المعبرة عن التبرم وهي كلمة « أف » قال اللّه تعالى: ﴿ وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُل لَّهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا ﴿٢٣﴾ وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ﴾ [الإسراء: ٢٣، ٢٤].

٥ - الجانب الاجتماعي:

يغلب على الفرد في هذه المرحلة العزلة وقلة الاختلاط، وذلك لأسباب عدة منها عدم توافق ما لديه من آراء وأفكار مع ما لدى أبنائه وأحفاده إضافة إلى فقدانه لزملائه وأصدقائه الذين لم يعد متيسراً الالتقاء بهم إما لبعد المسافة أو لعدم توفر من يقوم بإيصاله أو لوفاة ذلك الزميل. وهكذا تضيق دائرة العلاقات الاجتماعية لتبقى في دائرة الأسرة التي يعيش فيها. ويزداد الأمر صعوبة عند إحالة الفرد على التقاعد حيث جرت

في كثير من الأماكن تحديد سن ستين سنة للإحالة على التقاعد دون مراعاة للفروق الفردية أو لاختلاف طبيعة الوظيفة، وهذا ما يجب التنبيه عليه من قبل المسؤولين عن الوظائف بحيث يعاد النظر في الأنظمة الحالية لتعدل بما يوافق كل حالة على حدة دون تعميم لا يراعي تلك الفروق.

ويستطيع الشيخ القيام بدور إيجابي في العلاقات الاجتماعية من خلال قيامه بدور المثال الحي للشباب فيما يجب أن يلتزموا به من أخلاق وجدية وصبر على مشاق الحياة. والدين الإسلامي يحث على الاستفادة من الكبار وتوقيرهم وإنزالهم منازلهم التي يستحقونها ولذلك تشفع أخوة يوسف عند العزيز بأبيهم كبير السن حتى لا يأخذ أخيهم الصغير المتهم بسرقة صواع الملك، قال اللّه تعالى : ﴿قَالُوا يَا أَيُّهَا الْعَزِيزُ إِنَّ لَهُ أَبًا شَيْخًا كَبِيراً فَخُذْ أَحَدَنَا مَكَانَهُ إِنَّا نَرَاكَ مِنَ الْمُحْسِنِينَ﴾ [يوسف : ٧٨].

هذه هي جوانب هذا النموذج البنائي، ويأمل الباحث أن يكون فيه الفائدة للباحثين الآخرين، كما يأمل أن يصله منهم أي ملحوظة أو رأي حوله حتى يمكن تطوير هذا النموذج مستقبلاً، والله الموفق والهادي إلى سواء السبيل.

هوامش الفصل السادس

(١) هذه المسلمات سبق أن عرضها الباحث في دراسة بعنوان : تأصيل المقررات الدراسية لعلم النفس (أسلوب مقترح) أعدت للقاء السنوي الخامس للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية ١٤١٣هـ. ونشرت في مجلة رسالة التربية وعلم النفس، العدد الخامس، جمادى الأولى ١٤١٦هـ، ص ص ٤٣ - ٧٦.

(٢) داروين (١٩٧٣م) ص ٤٥ .

(٣) فرويد (١٤٠٦هـ) ص ٥٠ .

(٤) المرجع السابق، ص ١٠٦.

(٥) فروم (د.ت.) ص ٥٥ .

(٦) لازاروس (١٤٠٤هـ) ص ١٣٨.

(٧) بدري (١٤٠٧هـ) ص ١٢.

(٨) المرجع السابق، ص٣٥.

(٩) فرويد (١٩٨١م) ص ٤٠ - ٤٣.

(١٠) Eysenck (1977) p.19.

(١١) ديز (١٤٠١هـ) ص ٣٤.

(١٢) بدري (١٤٠٧هـ) ص ٣٦.

(١٣) محمد قطب (١٤٠٨هـ) ص٤٦.

(١٤) كولمان (١٩٧٨م) ص١٨٧ في سيفرين، علم النفس الإنساني.

(١٥) Eysenck (1977), p.12.

(١٦) Skinner (1972) p.7.

(١٧) فرويد (١٩٨١م) ص ٦٨ .

(١٨) فروم (د.ت) ص ١٨.

(١٩) Skinner (1972) p.8.

(٢٠) نجاتي (١٤١٠هـ) ص ٣٧٥.

(٢١) Jung (1981) p.44.

(٢٢) فرويد (١٩٨١م) ص٣٨.

(٢٣) ولسون (١٤٠٣هـ) من ١٣٢ - ١٣٣ . نقلاً عن عماد الدين خليل، تهافت العلمانية، بيروت : مؤسسة الرسالة.

(٢٤) فرويد (١٩٨١م) ص ٦٨ - ٦٩.

(٢٥) ماسلو (١٩٧٨م) ص ٥٢ . في سيفرين، فرانك، علم النفس الإنساني.

(٢٦) ديز (١٤٠١هـ) ص ١٧ - ٢١.

(٢٧) المرجع السابق، ص ٢١ .

(٢٨) أولبورت، ص ٦١. في سيفرين، فرانك، علم النفس الإنساني.

(٢٩) قطب، محمد، (١٤٠١هـ) ص ١٤.

(٣٠) الفاروقي (١٤٠٠هـ) ص ٣٦.

(٣١) فرويد (١٩٨١م) ص ٣٦.

(٣٢) ساراسون (١٩٨١م) ص ١٦. في بدري، مالك، علم النفس الحديث من منظور إسلامي.

(٣٣) ماسلو (١٩٧٨م) ص ٥١. في سيفرين، فرانك، علم النفس الإنساني.

(٣٤) رجب (١٩٩١م) الجزء الثاني ص ٣. وقد أجمل هذه المسلمات في ثلاث هي :

١ - وحدة الخالق ووحدة الخلق.

٢ - وحدة الحقيقة ووحدة المعرفة.

٣ - تكامل الوحي والعقل والحواس.

(٣٥) قطب، سيد، (١٤٠٧هـ) ص ١٥٠.

(٣٦) الترمذي (١٣٥٩هـ) ج٥، ص ٣٨٩، صححه الألباني، صحيح سنن الترمذي، ج٣، ص ١٠٨.

(٣٧) لمزيد من المعلومات انظر : نجاتي، القرآن وعلم النفس، الفصل الأول، القاهرة : دار الشروق، الطبعة الثانية، ١٤٠٥هـ.

(٣٨) لمزيد من التفاصيل راجع المرجع السابق. كذلك محمد قطب، دراسات في النفس الإنسانية، موضوع خطوط متقابلة في النفس الإنسانية ص ٧١، القاهرة، دار الشروق، الطبعة الخامسة، ١٤٠١هـ.

(٣٩) المطرودي (١٤١٠هـ) ص ٣٤١-٣٣٤.

(٤٠) ضميرية (١٤٠٥هـ) ص ٨٢.

(٤١) قطب، محمد (١٤٠١هـ) ص ١٠٧ - ١٠٨.

(٤٢) أبو سليمان (١٤١٢هـ) ص ١١٠ - ١١٣.

(٤٣) ضميرية (١٤٠٥هـ) ص ٤٩.

(٤٤) قطب، سيد (١٤٠٦هـ) ص ٣٦٣٢.

(٤٥) المطرودي (١٤١٠هـ) ص ٣٦٦.

(٤٦) ضميرية (١٤٠٥هـ) ص ٢٧.

(٤٧) قطب، سيد (١٤٠٦هـ) ص ٢٩٥٠.

(٤٨) لتفاصيل مرحلة ما قبل الميلاد انظر فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، ط٤، ١٩٧٥م، ص٩٠.

(٤٩) البخاري، صحيح البخاري، الجزء الرابع، ص٧٨. لمزيد من الأحاديث حول هذا انظر محمد عثمان نجاتي، الحديث النبوي وعلم النفس ص٢٢٤ وما بعدها.

(٥٠) ابن القيم، تحفة المودود بأحكام المولود. دار الكتاب العربي، بيروت، د.ت، ص ٢٣٦.

(٥١) الترمذي، سنن الترمذي، الجزء الرابع، ص ٩٧ . قال أبو عيسى : هذا حديث حسن صحيح. وقال عنه الشيخ محمد ناصر الدين الألباني حديث حسن، انظر صحيح سنن الترمذي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الجزء الثاني، ص ٩٣ .

(٥٢) ابن القيم، تحفة المودود بأحكام المولود، مرجع سابق، ص ٢٥ - ٢٦.

(٥٣) ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، المجلد الثالث، ص ٥٠٠ - ٥٠٢.

(٥٤) البخاري، صحيح البخاري، الجزء الثاني، ص ٩٧.

(٥٥) الترمذي، سنن الترمذي، الجزء الرابع، ص ٦٦٧. قال الترمذي : حديث حسن صحيح.

(٥٦) الغزالي، إحياء علوم الدين، المجلد الثالث، ص ٧٤.

(٥٧) البخاري، صحيح البخاري، الجزء السابع، ص ٢١٨.

(٥٨) الترمذي، سنن الترمذي، الجزء الخامس، ص ٦٤٤. قال الترمذي : حديث حسن غريب.

(٥٩) البخاري، صحيح البخاري، الجزء الرابع، كتاب فضائل الصحابة، باب رقم ٦، ص ٢٠٠.

(٦٠) أبو داود، سنن أبو داود، الجزء الأول، ص ٣٣٤. قال عنه الشيخ محمد ناصر الدين الألباني (حسن صحيح) انظر صحيح سنن أبي داود، الرياض، مكتب التربية العربية لدول الخليج، الطبعة الأولى، الجزء الأول، ص ٩٧، ١٤٠٩هـ.

(٦١) مسلم، صحيح مسلم، المجلد الأول، ص ٥٥٣.

(٦٢) المرجع السابق، ص ٥٥٠.

(٦٣) سويد، منهج التربية النبوية للطفل، ص ١١١ - ١١٢.

(٦٤) زيدان، النمو النفسي للطفل والمراهق، جدة، دار الشروق، ط٣، ١٤١٠هـ، ص- ١٢٥ .١٢٣

(٦٥) المرجع السابق، ص ١٣٥.

(٦٦) قطب، سيد، ج٤، ١٤٠٦هـ ،ص ٢٢٢١ - ٢٢٢٢.

(٦٧) البخاري، صحيح البخاري، الجزء السابع، ص ٧٤ - ٧٥.

(٦٨) البخاري، صحيح البخاري، الجزء الأول، كتاب العلم، البابين ١٤ ص ٢٦، و ٥٠ ص٤١ .

(٦٩) زيدان، محمد مصطفى، النمو النفسي للطفل والمراهق، ص ١٥٦.

(٧٠) المرجع السابق، ص ١٦٢ - ١٦٣.

(٧١) الزعبلاوي، محمد السيد محمد، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، ص ٣٩ -٤١.

(٧٢) النغيمشي، عبدالعزيز بن محمد، المراهقون، ص ٤٣.

(٧٣) عيسوي، عبدالرحمن، النمو الروحي والخلقي، ص ١٣٨.

(٧٤) السيد، فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، ص ٢٦٩.

(٧٥) النغيمشي، عبدالعزيز، المراهقون، ص ٦٥ - ٦٧.

(٧٦) المرجع السابق، ص ٦٨.

(٧٧) البخاري، صحيح البخاري، المجلد السادس، ص ٢٣١.

(٧٨) ابن منظور، لسان العرب، المجلد الثالث، ص ٢٣٥ - ٢٣٦.

(٧٩) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد السادس، ص ٣٢٦٢.

(٨٠) مسلم، صحيح مسلم، المجلد الثالث، ص ١٢٥٥.

(٨١) الطحان وآخرون، أسس النمو الإنساني، ص ٢٧٨.

(٨٢) السيد، فؤاد البهي، مرجع سابق، ص ٣٥١.

(٨٣) البخاري، صحيح البخاري - المجلد السادس، ص ١١٧.

(٨٤) الهاشمي، عبدالحميد محمد، علم النفس التكويني، أسسه وتطبيقه من الولادة إلى الشيخوخة، جدة، دار المجمع العلمي، ط٤، ١٣٩٩هـ، ص ٣٠٣ - ٣٠٤.

(٨٥) المباركفوري، صفي الرحمن، الرحيق المختوم، الرياض، دار السلام، ١٤١٤هـ، ص٦٥.

(٨٦) البخاري، صحيح البخاري، المجلد الرابع، ص ١٠٤.

(٨٧) ابن القيم، الروح، القاهرة، مكتبة المثنى، د.ت، ص ٢٢٠.

(٨٨) الطحان وآخرون، أسس النمو الإنساني، ص ٢٨٤.

(٨٩) المرجع السابق، ص ٢٨٦.

(٩٠) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد السادس، ص ٦٢٣٢ - ٦٢٣٣.

(٩١) الكيلاني، ماجد عرسان، مقومات الشخصية المسلمة أو الإنسان الصالح، كتاب الأمة، العدد ٢٩، الطبعة الأولى، شوال ١٤١١هـ، ص٤٩.

(٩٢) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد الخامس، ص ٢٧٧٦ - ٢٧٧٧.

(٩٣) السيد، فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، ص ٣٥١.

(٩٤) المرجع السابق، ص ٣٥٢.

(٩٥) المرجع السابق، ص ص ٣٥٣ - ٣٥٤.

(٩٦) أبو داود، سنن أبي داود، الجزء الثاني، حديث ٨١٤ ، ٢٤٣٦. قال المنذري : حديث حسن.

الفصل السابع

أساليب إسلامية في الوقاية والعلاج من المشكلات النفسية

أساليب الوقاية والعلاج من المشكلات النفسية في الدراسات النفسية المعاصرة تعتمد على النظرية التي يتبناها المعالج أو الدارس للمشكلة، فهناك العلاج بالتحليل النفسي، والعلاج السلوكي، والعلاج الاجتماعي، والعلاج العضوي وغيرها، ولكل واحدة منها عدة أساليب علاجية تستخدم في برامجها وهي مبسوطة في كتب الصحة النفسية والعلاج النفسي .

وما يهمنا في هذا الفصل هو عرض أهم أساليب الوقاية والعلاج من المشكلات التي سبق ذكرها في الفصل الأول من المنظور الإسلامي، وهي تمتاز بعدد من المزايا أهمها :

١ - أنها مستقاة من نصوص الكتاب والسنة، مما يمنحها ميزة دعم الوحي المنزل من رب العالمين، الذي خلق الإنسان ويعلم ما توسوس به نفسه، وما يضره وما ينفعه .

٢ - أنها تجمع بين بعدي الدنيا والآخرة في تعاملها مع مشكلات الإنسان، وتوظف هذين البعدين معاً لمصلحة المسلم .

٣ - أنها في معظمها تجمع بين الوقاية والعلاج، فهي قبل إصابة المسلم بالمشكلة أسلوب وقاية، وبعد إصابته بالمشكلة أسلوب علاج.

٤ - أنها صالحة للأفراد في كل المجتمعات، وليست خاصة بمجتمع دون غيره، متى ما طبق المسلم تعاليم الإسلام .

٥ - أنها في معظمها تقوم على جهد الفرد المحتاج لها، دون الحاجة إلى كبير مساعدة من الأفراد الآخرين للاستفادة منها.

وأساليب الوقاية والعلاج عديدة لعل من أهمها ما يلي :

١ - الإيمان :

الإيمان أقوى الأساليب وأمضاها في يد المسلم في مواجهة جميع أنواع المشكلات في هذه الحياة الدنيا، ومنها المشكلات النفسية، فكلما قوى إيمان الإنسان وزاد كلما كان أقوى في مقاومة المشكلة النفسية وأبعد من أن يقع فريسة لها. ويمكن أن نوضح ذلك بصورة أشمل عن طريق استعراض أركان الإيمان الستة وهي :

أ - الإيمان باللّه :

وهو أساس كل شيء، ولا قيمة لمن لم يؤمن باللّه إيماناً صادقاً قائماً على المحبة والإخلاص لله دون سواه. ولذلك ربط اللّه الأمن وعدم الخوف لمن آمن به وعمل الصالحات فقال اللّه تعالى : ﴿**إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالنَّصَارَىٰ وَالصَّابِئِينَ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ**﴾ [البقرة: ٦٢]. ولا يدخل الإنسان الإسلام حتى يعلن إيمانه باللّه عن طريق شهادة أن لا إله إلاّ اللّه وأن محمداً رسول اللّه صلى الله عليه وسلم. وكلمة الشهادة زاد للمسلم في هذه الحياة وترددها عبادة يؤجر عليها، وفيها تجديد للإيمان كما ورد عن الرسول صلى الله عليه وسلم. فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول اللّه سبحانه وتعالى : « **جددوا إيمانكم**». قيل : يا رسول اللّه صلى الله عليه وسلم وكيف نجدد إيماننا ؟ قال : «**أكثروا من قول : لا إله إلاّ اللّه** ». [1]

وهكذا يكون الإيمان باللّه وقاية للمؤمن أن يقع في الوهن أو المرض النفسي.

ب - الإيمان بالملائكة :

وهم عالم غيبي خلقهم اللَّه من نور لعبادته وطاعته، فهم مجبولون على الطاعة كما قال اللَّه تعالى عنهم : ﴿ لاَّ يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴾ [التحريم : ٦]. والمسلم مأمور بالإيمان بهم، وهم مع المؤمنين الصادقين يتنزلون بأمر اللَّه لتثبيتهم كما قال اللَّه تعالى : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ أَلاَّ تَخَافُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴾ [فصلت : ٣٠]. كما أنهم يستغفرون للمؤمنين حتى يتجاوز اللَّه عنهم وينجيهم في الدنيا والآخرة، قال اللَّه تعالى : ﴿ الَّذِينَ يَحْمِلُونَ الْعَرْشَ وَمَنْ حَوْلَهُ يُسَبِّحُونَ بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَيُؤْمِنُونَ بِهِ وَيَسْتَغْفِرُونَ لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا وَسِعْتَ كُلَّ شَيْءٍ رَّحْمَةً وَعِلْمًا فَاغْفِرْ لِلَّذِينَ تَابُوا وَاتَّبَعُوا سَبِيلَكَ وَقِهِمْ عَذَابَ الْجَحِيمِ ﴾ [غافر : ٧]. وكما قال اللَّه تعالى : ﴿ هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلائِكَتُهُ لِيُخْرِجَكُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا ﴾ [الأحزاب : ٤٣]. قال القرطبي في تفسير هذه الآية [: صلاة الملائكة : دعاؤهم للمؤمنين واستغفارهم لهم] [٢]. وهكذا يكون إيمان المؤمن بالملائكة داعماً لصحته النفسية لأنهم معه بالتأبيد من اللَّه، وبطلب العون والدعاء له من اللَّه يحفظه في كل أحواله .

ج - الإيمان بالكتب :

وهي جميع الكتب التي أرسلها اللَّه مع رسله سواء ما علمنا اسمه كالقرآن والتوراة والإنجيل والزبور وغيرها أو ما لم نعلمه. وهذا الإيمان داعم قوي لصحة المؤمن النفسية، وخصوصاً القرآن الكريم الذي نزل لهداية الناس جميعاً في هذه الدنيا، كما أنه علاج كما قال اللَّه تعالى: ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلاَّ خَسَارًا ﴾ [الإسراء : ٨٢]. وقال اللَّه تعالى : ﴿ طه ۝١ مَا أَنزَلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لِتَشْقَىٰ ﴾ [طه : ١، ٢] .

د - الإيمان بالرسل عليهم السلام :

وهم الذين اصطفاهم اللّه من خلقه لتبليغ الرسالات إلى الناس. فالإيمان بهم دليل على صحة الإنسان النفسية واتباعه للهدى الذي جاؤوا به من عند اللّه، ومن لم يؤمن بهم فهو في ضيق وضلال وخسران، وقد قال اللّه تعالى : ﴿ وَلَقَدْ بَعَثْنَا فِي كُلِّ أُمَّةٍ رَّسُولاً أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَاجْتَنِبُوا الطَّاغُوتَ فَمِنْهُم مَّنْ هَدَى اللَّهُ وَمِنْهُم مَّنْ حَقَّتْ عَلَيْهِ الضَّلالَةُ فَسِيرُوا فِي الأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِينَ ﴾ [النحل : ٣٦]. كذلك اتباع تعاليم الرسول سبيل للسعادة والنجاة في الدنيا والآخرة، وقد توفى رسول اللّه صلى الله عليه وسلم بعد أن وضح السبيل وتركنا على المحجة البيضاء ليلها كنهارها لا يزيغ عنها إلاّ هالك، فلم يترك سبيل هداية وخير إلاّ دلّنا عليه، ولا طريق شقاء وشر إلاّ وحذرنا عنه من خلال أقواله وأفعاله وتقريراته .

هـ - الإيمان باليوم الآخر :

وهو اليوم الذي تبدأ فيه الحياة الأبدية للناس إما في الجنة أو في النار. ومتى ما عرف المسلم حقيقة اليوم الآخر وأنه المستقر رخصت عنده الحياة الدنيا وسهل عليه ما يلقاه فيها من صعوبات وشدائد، وأصبح أكثر تمتعاً بصحة نفسية وأقدر على مواجهة المشكلات النفسية التي تعترضه في هذه الحياة الدنيوية. وقد وصف اللّه المؤمن باليوم الآخر بأنه لا خوف عليه ولا يأتيه الحزن، قال اللّه تعالى : ﴿ إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالصَّابِئُونَ وَالنَّصَارَىٰ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾ [المائدة : ٦٩] .

والمؤمن عندما يصبر على ما يصيبه في هذه الدنيا طلباً لما عند اللّه في الآخرة فهو على خير، كذلك عندما يجد التفاوت بين الناس في حظهم من الدنيا يلجأ إلى ما عند اللّه وهو أعظم في الآخرة فتستقر

نفسه ويهدأ باله، يقول اللَّه تعالى : ﴿انظُرْ كَيْفَ فَضَّلْنَا بَعْضَهُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ وَلَلآخِرَةُ أَكْبَرُ دَرَجَاتٍ وَأَكْبَرُ تَفْضِيلاً﴾ [الإسراء : ٢١] وكذلك قال اللَّه تعالى : ﴿بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا ﴿١٦﴾ وَالآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ﴾ [الأعلى : ١٦، ١٧]. وهكذا عندما يستقر في حس المسلم أن الآخرة خير له وهي باقية لا تنتهي فإنه في سبيل ذلك يصبر على ما يلاقيه في هذه الدنيا من مشاق رجاء الجزاء الأبقى في الآخرة.

و - الإيمان بالقدر خيره وشره :

وهذا الإيمان يتطلب من المؤمن الصبر في الضراء والشكر في السراء. وهو أسلوب لو التزم به المسلم لكان وقاية له من كل مشكلة نفسية ثم هو علاج لأي مشكلة نفسية يعاني منها. وقد وجه اللَّه رسوله وأصحاب رسوله محمد صلى الله عليه وسلم ورضوان اللَّه عليهم أجمعين في إظهار الرضا بقدر اللَّه وما كتبه عليهم من الخير والشر فقال اللَّه تعالى : ﴿قُل لَّن يُصِيبَنَا إِلاَّ مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ [التوبة : ٥١].

وهكذا يصبر المؤمن إذا أصابه ما يكره على عكس غير المؤمن الذي يسخط لذلك، وقد وصف اللَّه ذلك في قوله تعالى : ﴿وَمِنَ النَّاسِ مَن يَعْبُدُ اللَّهَ عَلَىٰ حَرْفٍ فَإِنْ أَصَابَهُ خَيْرٌ اطْمَأَنَّ بِهِ وَإِنْ أَصَابَتْهُ فِتْنَةٌ انقَلَبَ عَلَىٰ وَجْهِهِ خَسِرَ الدُّنْيَا وَالآخِرَةَ ذَلِكَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ﴾ [الحج : ١١] .

وقد بيّن الرسول صلى الله عليه وسلم أن المسلم الراضي بما كتب اللَّه له سواء الإصابة بالمرض أو الشدة أو غير ذلك فهو السعيد، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم : « **المؤمن القوي خير وأحب إلى اللَّه من المؤمن الضعيف. وفي كل خير. احرص على ما ينفعك واستعن باللَّه،**

ولا تعجز، وإن أصابك شيء، فلا تقل : لو أني فعلت كان كذا وكذا. ولكن قل : قدر اللّه، وما شاء فعل. فإن لو تفتح عمل الشيطان » [٣] .

ويتضح مما سبق أن أركان الإيمان الستة قائمة على الإيمان بالغيب في أساسها، وهو عالم لا نعرف عنه إلاّ ما ورد لنا في كتاب اللّه وسنة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم وهو كثير وواضح المعالم، يهدي من سار على نوره إلى السعادة في الدارين الدنيا والآخرة .

٢ - العبادات العملية :

وهي كل عبادة عملية أمرنا اللّه بها أو أمرنا بها رسوله محمد صلى الله عيه وسلم ومن أهمها العبادات الواردة في أركان الإسلام :

أ - الصلاة :

وهي أهم العبادات وأعلاها منزلة عند اللّه، وهي العبادة الوحيدة التي فرضها اللّه مشافهة بينه وبين رسوله محمد صلى الله عليه وسلم في حادثة الإسراء والمعراج، وهي سلاح المؤمن الذي يقيه من الوقوع في المشكلات النفسية وغير النفسية، بل إنه يهرع إلى الصلاة كلما وقع في مشكلة، كما كان ذلك هو هدي الرسول صلى الله عليه وسلم فقد روى الإمام أبو داود في سننه عن حذيفة رضي الله عنه قال : كان النبي صلى الله عليه وسلم إذا حزبه أمر صلى [٤] .

وقد وصف اللّه الإنسان بأنه هلوع وهو الذي يفزع ويجزع من الشر، كما أنه يمنع الخير كالمال وغيره فلا يصل به الآخرين ثم جاء الاستثناء للمصلين المحافظين على أداء الصلوات بشكل مستمر، فقال اللّه تعالى: **﴿ إِنَّ الإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلاَّ الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلاتِهِمْ دَائِمُونَ ﴾** [المعارج : ١٩ - ٢٣] .

وأعظم وقاية هي وقاية اللّه جل وعلا، فإذا أراد المسلم أن يكون في وقاية اللّه وذمته فعليه بأداء الصلاة، فقد روى الإمام الترمذي في سننه عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: « **من صلى الصبح فهو في ذمة اللّه فلا يتبعنكم اللّه بشيء من ذمته**»[٥]. وقد أمر اللّه تعالى المؤمنين بالاستعانة بالصلاة في كل شأن، فقال اللّه تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ** ﴾ [**البقرة**: ١٥٣] .

والمؤمن الذي يؤدي صلاة الفجر في وقتها يكون يومه ذلك يوم خير وطيبة نفس وصحة لها، وإذا لم يصلي ذلك اليوم في وقتها أصبحت نفسه خبيثة وأصابه الكسل والخمول، كما روى ذلك الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم قال: «**يعقد الشيطان على قافية رأس أحدكم إذا هو نام ثلاث عقد، يضرب كل عقدة عليك ليل طويل فارقد. فإن استيقظ فذكر اللّه انحلت عقدة، فإن توضأ انحلت عقدة، فإن صلى انحلت عقدة، فأصبح نشيطاً طيب النفس، وإلاّ أصبح خبيث النفس كسلان** »[٦] .

ب - الزكاة :

وهي ثالث أركان الإسلام، تطهر المال وتزكيه، كما أن في إخراجها تزكية للنفس وتعويد لها على البذل والعطاء، وتدريب لها على مقاومة الشح والبخل وهما من مشكلات النفس المذمومة .

وقد وصف اللّه الإنسان المخرج لزكاته بأنه في وقاية من الخوف والحزن الذي يدفعه اللّه عنه جزاء قيامه بأداء هذه الشعيرة من شعائر الإسلام، فقد قال اللّه تعالى: ﴿ **إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ وَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ** ﴾ [**البقرة**: ٢٧٧] . يقول سيد قطب حول هذه الآية [السياق يعرض بهذا صفة

المؤمنين وقاعدة المجتمع المؤمن. ثم يعرض صورة الأمن والطمأنينة والرضى الإلهي ... إن اللَّه سبحانه يعد الذين يقيمون حياتهم على الإيمان والصلاح والعبادة والتعاون، أن يحتفظ لهم بأجرهم عنده. ويعدهم بالأمن فلا يخافون. وبالسعادة فلا يحزنون] [٧].

وقد أمر اللَّه سبحانه وتعالى رسوله محمدًا صلى الله عليه وسلم بأخذ الزكاة من المؤمنين لأن فيها تطهير لأنفسهم من الشح والبخل وتزكية لها، قال اللَّه تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلاتَكَ سَكَنٌ لَّهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ [التوبة: ١٠٣]. يقول سيد قطب حول هذه الآية: [وفي تطوعهم بهذه الصدقات تطهير لهم وتزكية، وفي دعاء الرسول صلى الله عليه وسلم لهم طمأنينة وسكن] [٨]. كما يقول القرضاوي حول هذه الآية: [الزكاة التي يؤديها المسلم امتثالاً لأمر اللَّه وابتغاء مرضاته، إنما هي تطهير له من أرجاس الذنوب بعامة، ومن رجس الشح بخاصة. ذلك الشح الذميم الذي أحضرته الأنفس وابتلى به الإنسان ... فكان لابد للإنسان الراقي أو الإنسان المؤمن أن يستعلي على نوازع الأثرة والأنانية في نفسه، وأن ينتصر على نزعة الشح ببواعث الإيمان، ولا فلاح له في دنياه أو آخرته إلاّ بالانتصار على هذا الشح الذميم] [٩]. كما بيَّن رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم أن الزكاة برهان يفزع إليها المؤمن عند الحاجة لها، فقد روى الإمام النسائي في سننه عن أبي مالك الأشعري رضي الله عنه قال: قال رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم: «**إسباغ الوضوء شطر الإيمان والحمد لله تملأ الميزان والتسبيح والتكبير يملأ السماوات والأرض والصلاة نور والزكاة برهان والصبر ضياء والقرآن حجة لك أو عليك**»[١٠]. قال الإمام السيوطي في شرحه لسنن الترمذي: (الزكاة برهان: قال النووي: قال صاحب المحرر معناه يفزع إليها كما يفزع إلى البراهين)[١١].

ج - الصيام :

وهو الركن الرابع من أركان الإسلام. وقد جعل اللّه الصوم وقاية للإنسان وطريق يوصله للتقوى، فقال اللّه تعالى : ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة : ١٨٣]. يقول سيد قطب حول هذه الآية: [تبرز الغاية الكبرى من الصوم، إنها التقوى، فالتقوى هي التي تستيقظ في القلوب وهي التي تؤدي هذه الفريضة، طاعة لله، وإيثاراً لرضاه. والتقوى هي التي تحرس هذه القلوب من إفساد الصوم بالمعصية، ولو تلك التي تهجس في البال].[١٢]

وقد بيَّن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أن الصوم وقاية للإنسان الصائم مِمَّا يؤذيه، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**الصيام جنة**»[١٣]. قال الإمام ابن حجر في شرح هذا الحديث : للنسائي من حديث عائشة مثله، وله من حديث عثمان بن أبي العاص (الصيام جنة كجنة أحدكم من القتال) ... والجنة الوقاية والستر[١٤] .

كما أن الصوم يعتبر وقاية وحماية للفرد الذي لا يقدر على الزواج لأنه يصرف الطاقة ويكبح الشهوات كما قرر ذلك رسول اللّه صلى الله عليه وسلم، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللّه قال: كنا مع النبي صلى الله عليه وسلم شباباً لا نجد شيئاً فقال لنا رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : «**يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء**»[١٥] .

د - الحج والعمرة :

وهي الركن الخامس من أركان الإسلام. وفيها تطهير للإنسان من الذنوب والخطايا، كما أن أداء الحج والعمرة يجب أن يكون خالصاً لله وحده وطمعاً في مرضاته، وقد قال اللَّه تعالى: ﴿ وَأَتِمُّوا الْحَجَّ وَالْعُمْرَةَ لِلَّهِ ﴾ [البقرة: ١٩٦]. وأداء الحج والعمرة ومتابعة ذلك تقي الإنسان وتنفي عنه الذنوب المسببة لكثير من الأمراض النفسية وكذلك تبعد عنه الفقر الذي قد يصاب معه لدى بعض الناس بالحزن والاكتئاب، وقد ورد عن رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم ما يؤكد ذلك في الحديث الذي رواه الإمام ابن ماجة في سننه عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: « **تابعوا بين الحج والعمرة. فإن المتابعة بينهما تنفي الفقر والذنوب كما ينفي الكير خبث الحديد** »[١٦]. كما أن في أداء الحج خير عظيم فيكون المحسن في حجة يعود منه وكأنه مولود من جديد وهذا فضل عظيم يلجأ إليه كل من يشعر بحزن أو اكتئاب أو ضيق في هذه الحياة الدنيا، فقد روى الإمام ابن ماجة في سننه عن أبي هريرة رضي اللَّه عنه قال: قال رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم: « **من حج هذا البيت فلم يرفث ولم يفسق رجع كما ولدته أمه** »[١٧].

٣ - مداومة قراءة القرآن الكريم :

إن مداومة قراءة القرآن الكريم حرز ووقاية للإنسان المسلم في هذه الحياة الدنيا. وكثير ما يصاب الإنسان ببعض الأمراض النفسية عن طريق الشيطان إما بالوسوسة أو غيرها من الطرق، لذلك شرع عند قراءة القرآن بالاحتماء والالتجاء إلى اللَّه من الشيطان الرجيم، قال اللَّه تعالى: ﴿ فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴾ [النحل: ٩٨]. كما أن اللَّه سبحانه وتعالى نص على أن القرآن الكريم هو شفاء للمؤمنين من جميع

الأمراض الجسمية والنفسية على السواء حيث قال اللّه سبحانه : ﴿ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلاَ يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلاَّ خَسَاراً﴾ [الإسراء :٨٢]. قال الإمام ابن كثير في تفسير هذه الآية: [يذهب ما في القلوب من أمراض، من شك ونفاق، وشرك وزيغ وميل، القرآن يشفي من ذلك كله][١٨]. كما قال سيد قطب حول هذه الآية: [في القرآن شفاء من الوسوسة والقلق والحيرة، فهو يصل القلب باللّه، فيسكن ويطمئن ويستشعر الحماية والأمن ؛ ويرضى فيستروح الرضى من اللّه والرضى عن الحياة ؛ والقلق مرض، والحيرة نصب، والوسوسة داء. ومن ثم هو رحمة للمؤمنين. وفي القرآن شفاء من الهوى والدنس والطمع والحسد ونزغات الشيطان] [١٩]. كما كرر أن القرآن شفاء للمؤمنين في آية أخرى حيث قال اللّه تعالى : ﴿ وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآناً أَعْجَمِيّاً لَّقَالُوا لَوْلا فُصِّلَتْ آيَاتُهُ أَأَعْجَمِيٌّ وَعَرَبِيٌّ قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ وَالَّذِينَ لا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى أُوْلَئِكَ يُنَادَوْنَ مِن مَّكَانٍ بَعِيدٍ﴾ [فصلت : ٤٤] .

ومن عظم شأن المداومة على قراءة القرآن الكريم أن يصبح المداوم من أهل اللّه وخاصته، وبهذا فإن اللّه يحميه من جميع الأمراض، وهو سبحانه وتعالى الشافي دون سواه، كما ثبت عن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم في الحديث الذي رواه الإمام ابن ماجه في سننه عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال : قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: « **إن لله أهلين من الناس**». قالوا : يا رسول اللّه من هم؟ قال : «**هم أهل القرآن، أهل اللّه وخاصته** » [٢٠] .

وفي قراءة سور أو آيات معينة من القرآن الكريم الكثير من النصوص عن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم التي أوردها علماء الحديث، منها ما رواه الإمام الترمذي في سننه عن أبي مسعود الأنصاري رضي الله عنه

قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**من قرأ الآيتين من آخر سورة البقرة في ليلة كفتاه**» [٢١]. فدل الحديث على أن قراءة هاتين الآيتين حماية ووقاية للقارئ لهما من كل ما يمكن أن يضر به أو يصيبه من أمراض أو غيرها .

٤ - الذكر والدعاء :

ذكر اللَّه ودعاؤه من أقوى سبل الوقاية والعلاج من جميع الأمراض ومنها الأمراض النفسية. والقرآن الكريم وأحاديث رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم فيها الكثير من تلك الأذكار والأدعية التي تعتبر وقاية للمسلم إذا حافظ عليها، وهي علاج له إذا أصيب بأي مرض من الأمراض[٢٢]. وقد نص اللَّه سبحانه وتعالى في القرآن الكريم على أن ذكره جل وعلا فيه طمأنينة للقلوب فقال سبحانه : ﴿ **الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ** ﴾ [الرعد: ٢٨] .

يقول سيد قطب حول هذه الآية: [تطمئن بإحساسها بالصلة باللَّه، والأنس بجواره، والأمن في جانبه وفي حماه. تطمئن من قلق الوحدة، وحيرة الطريق. بإدراك الحكمة في الخلق والمبدأ والمصير. وتطمئن بالشعور بالحماية من كل اعتداء ومن كل ضر ومن كل شر إلاّ بما يشاء، مع الرضى بالابتلاء والصبر على البلاء][٢٣]. وقد بيّن اللَّه سبحانه وتعالى أن الدعاء عبادة وأمرنا بأن ندعوه في كل ما نريد دون سواه، وقد وعد بأنه سوف يستجيب دعاءنا ويحمينا ويصرف عنا كل ما نكره، فقال اللَّه تعالى : ﴿ **وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ** ﴾ [غافر: ٦٠]. كما أن اللَّه سبحانه وتعالى أعلم رسوله محمداً صلى الله عليه وسلم أنه قريب ويجب دعوة الداعي إذا دعاه فقال اللَّه تعالى : ﴿ **وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ** ﴾ [البقرة: ١٨٦] .

وفي المقابل نجد الشخص الغافل عن ذكر الله والمعرض عنه يصبح صيداً سهلة للعيش الضنك المحاط بأنواع المرض النفسي، إضافة إلى تسلط الشيطان عليه واستحواذه على نفسه بالوسوسة وغيرها، ورد ذلك في الآيات الأربع التالية :

- قال اللّه تعالى: ﴿ لِيَجْعَلَ مَا يُلْقِي الشَّيْطَانُ فِتْنَةً لِّلَّذِينَ فِي قُلُوبِهِم مَّرَضٌ وَالْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ وَإِنَّ الظَّالِمِينَ لَفِي شِقَاقٍ بَعِيدٍ ﴾ [الحج : ٥٣]. ﴿ وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطًا ﴾ [الكهف : ٢٨].
- قال اللّه تعالى: ﴿ وَمَن يَعْشُ عَن ذِكْرِ الرَّحْمَٰنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ ﴾ [الزخرف : ٣٦].
- قال اللّه تعالى: ﴿ اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ أُولَٰئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ أَلَا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴾ [المجادلة : ١٩].

وقد بيَّن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم في أحاديث كثيرة دور الدعاء والذكر في وقاية الإنسان وحمايته وعلاجه، فمن ذلك ما رواه الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : «**إن اللّه يقول : أنا عند ظن عبدي بي. وأنا معه إذا دعاني**»[٢٤]. ومن الأدعية التي ذكرها رسول اللّه صلى الله عليه وسلم على أنها وقاية للمسلم من كل ما يضره ما رواه الإمام الترمذي في سننه عن عثمان بن عفان رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**ما من عبد يقول في صباح كل يوم ومساء كل ليلة : بسم اللّه الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض ولا في السماء وهو السميع العليم، ثلاث مرات لم يضره شيء**»[٢٥]. كما أن الأمراض النفسية من أقدار اللّه، فإن الدعاء ينفع في رد ما كتب على المسلم وفي علاج ما وقع، كما ورد في الحديث الذي رواه الألباني في صحيح الجامع الصغير وزيادته عن ابن عمر رضي اللّه عنهما أن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم قال: «**الدعاء**

ينفع مما نزل ومما لم ينزل، فعليكم عباد الله بالدعاء » [٢٦]. كذلك ما أورده الألباني في سلسلة الأحاديث الصحيحة عن سلمان رضي الله عنه قال : قال رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم: « **لا يرد القضاء إلاّ الدعاء، ولا يزيد في العمر إلاّ البر** » [٢٧] .

٥ - التوكل :

وهو صدق التوكل على اللَّه سبحانه وتعالى في كل حين في السراء والضراء، فهو سلاح وقاية وسلاح علاج للمؤمن المتوكل، وقد بين اللَّه تعالى على لسان رسوله محمد صلى الله عليه وسلم أن المتوكل على اللَّه لا يضره شيء فقال اللَّه سبحانه : ﴿ **وَلَئِن سَأَلْتَهُم مَّنْ خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضَ لَيَقُولُنَّ اللَّهُ قُلْ أَفَرَأَيْتُم مَّا تَدْعُونَ مِن دُونِ اللَّهِ إِنْ أَرَادَنِيَ اللَّهُ بِضُرٍّ هَلْ هُنَّ كَاشِفَاتُ ضُرِّهِ أَوْ أَرَادَنِي بِرَحْمَةٍ هَلْ هُنَّ مُمْسِكَاتُ رَحْمَتِهِ قُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ عَلَيْهِ يَتَوَكَّلُ الْمُتَوَكِّلُونَ** ﴾ [الزمر : ٣٨] .

ولهذا المتوكل على اللَّه والمستسلم له وحده دون سواه فإنه لا يأتيه الخوف ولا الحزن ولا غيرهما، كما قال اللَّه تعالى : ﴿ **بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِندَ رَبِّهِ وَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ** ﴾ [البقرة : ١١٢].

يقول سيد قطب حول هذه الآية: [هنا تبرز سمة الإسلام الأولى، إسلام الوجه - والوجه رمز على الكل - ولفظ أسلم يعني الاستسلام والتسليم... فسمة الإسلام هي الوحدة بين الشعور والسلوك، بين العقيدة والعمل، بين الإيمان القلبي والإحسان العملي.. والأجر المضمون لا يضيع عند ربهم.. والأمن الموفور لا يساوره خوف، والسرور الفائض لا يمسه حزن][٢٨] .

كما أن في التوكل نجاة من الشيطان ووسوسته وأضراره كما أرشد اللَّه المؤمنين لذلك في قول اللَّه تعالى: ﴿ **إِنَّمَا النَّجْوَىٰ مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ**

آمَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلاَّ بِإِذْنِ اللهِ وعلى اللهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴾ [المجادلة : ١٠].

كما بيَّن اللَّه سبحانه وتعالى أن من يتوكل عليه فهو حسبه ونصيره ومعينه فلا يقدر على ضرره كائن من كان فقال اللَّه تعالى: ﴿ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴾ [الطلاق : ٣]. قال الإمام القرطبي في تفسير هذه الآية: [أي من فوض إليه أمره كفاه ما أهم] (٢٩). كما بين اللَّه سبحانه أن من صفات المؤمنين الأوائل صدق التوكل على اللَّه لذلك لم يخافوا من الناس أو من كثرتهم فقال اللَّه عنهم: ﴿ الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ ﴾ [آل عمران : ١٧٣] .

وقد أرشد رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم عبداللَّه بن عباس إلى الالتجاء إلى اللَّه في كل حين فهو الحافظ من المكاره وغيرها، فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن عبداللَّه بن عباس رضي اللَّه عنهما أنه ركب خلف رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم يوماً، فقال له رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم : « **يا غلام إني معلمك كلمات : احفظ اللَّه يحفظك، احفظ اللَّه تجده تجاهك، وإذا سألت فلتسأل اللَّه، وإذا استعنت فاستعن باللَّه، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلاّ بشيء كتبه اللَّه لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك لم يضروك إلاّ بشيء قد كتب اللَّه عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف** » (٣٠) .

٦ - الاستقامة :

وهي الالتزام بطاعة اللَّه قولاً وعملاً مع اجتناب نواهيه والاستمرار على ذلك حتى يوافيه الموت. وقد تكفل اللَّه للمسلم المستقيم على منهج اللَّه بالأمن وعدم الخوف فقال اللَّه تعالى: ﴿ إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللهُ ثُمَّ

اسْتَقَامُوا فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [الأحقاف : ١٣] . يقول سيد قطب حول هذه الآية: [(ربنا اللّه) فلا حساب لأحد ولا لشيء سواه، ولا خوف ولا تطلع لمن عداه ... (ثم استقاموا) وهذه أخرى. فالاستقامة والاطراد والثبات على هذا المنهج درجة بعد اتخاذ المنهج : استقامة النفس وطمأنينة القلب. استقامة المشاعر والخوالج، فلا تتأرجح ولا تضطرب ولا تشك ولا ترتاب بفعل الجواذب والدوافع والمؤثرات. وهي عنيفة ومتنوعة وكثيرة](٣١). كما أن المستقيم على منهج اللّه له وقاية وحماية من اللّه وتتنزل عليه الملائكة بالطمأنينة وعدم الخوف والحزن في هذه الدنيا، وتبشرهم بالفوز بالجنة، كما قال اللّه تعالى : ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلائِكَةُ أَلاَّ تَخَافُوا وَلا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣٠﴾ نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ﴾ [فصلت : ٣٠، ٣١]. يقول سيد قطب حول هذه الآية: [الاستقامة عليها والصبر على تكاليفها. أمر ولا شك كبير وعسير، ومن ثم يستحق عند اللّه هذا الإنعام الكبير. صحبة الملائكة، وولاءهم، ومودتهم. هذه التي تبدو فيما حكاه اللّه عنهم. وهم يقولون لأوليائهم المؤمنين: لا تخافوا. لا تحزنوا. أبشروا بالجنة التي كنتم توعدون. نحن أولياؤكم في الحياة الدنيا وفي الآخرة] (٣٢) .

وعندما سأل أحد الصحابة رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أن يرشده إلى شيء لا يحتاج معه إلى سؤال أحد بعده، فدله على الاستقامة بعد الإيمان ففيها الحماية والنجاة في الدنيا والآخرة، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن سفيان بن عبداللّه الثقفي قال: قلت: يا رسول اللّه قل لي في الإسلام قولاً، لا أسأل عنه أحداً بعدك، قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : « **قل آمنت باللّه فاستقم** »(٣٣).

٧ - التوبة والاستغفار:

وهي من وسائل الوقاية والعلاج للمسلم مما يخشاه أو يصيبه، وقد أرشد اللَّه سبحانه وتعالى إلى ذلك في آيات كثيرة من القرآن الكريم سواء من خلال ما حدث للصحابة أو من خلال الإرشاد العام للمؤمن أو من خلال ما حصل للأنبياء السابقين وأتباعهم، ومن ذلك الآيات التالية:

- ﴿ وَأَنِ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُم مَّتَاعًا حَسَنًا ﴾ [هود: ٣].
- ﴿ أَوَلا يَرَوْنَ أَنَّهُمْ يُفْتَنُونَ فِي كُلِّ عَامٍ مَّرَّةً أَوْ مَرَّتَيْنِ ثُمَّ لا يَتُوبُونَ وَلا هُمْ يَذَّكَّرُونَ ﴾ [التوبة: ١٢٦].
- ﴿ ثُمَّ إِنَّ رَبَّكَ لِلَّذِينَ عَمِلُوا السُّوءَ بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ وَأَصْلَحُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ [النحل: ١١٩].
- ﴿ وَيُذْهِبْ غَيْظَ قُلُوبِهِمْ وَيَتُوبُ اللَّهُ عَلَىٰ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴾ [التوبة: ١٥].
- ﴿ وَمَن يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾ [النساء: ١١٠].
- ﴿ وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَن يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلاَّ اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ ﴾ [آل عمران: ١٣٥].
- ﴿ وَاخْتَارَ مُوسَىٰ قَوْمَهُ سَبْعِينَ رَجُلاً لِّمِيقَاتِنَا فَلَمَّا أَخَذَتْهُمُ الرَّجْفَةُ قَالَ رَبِّ لَوْ شِئْتَ أَهْلَكْتَهُم مِّن قَبْلُ وَإِيَّايَ أَتُهْلِكُنَا بِمَا فَعَلَ السُّفَهَاءُ مِنَّا إِنْ هِيَ إِلاَّ فِتْنَتُكَ تُضِلُّ بِهَا مَن تَشَاءُ وَتَهْدِي مَن تَشَاءُ أَنتَ وَلِيُّنَا فَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا وَأَنتَ خَيْرُ الْغَافِرِينَ ﴾ [الأعراف: ١٥٥].
- ﴿ قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴾ [الزمر: ٥٣].

يقول سيد قطب حول الآية الأخيرة (الزمر : ٥٣) :« إن اللّه رحيم بعباده، وهو يعلم ضعفهم وعجزهم. ويعلم العوامل المسلطة عليهم من داخل كيانهم ومن خارجه. ويعلم أن الشيطان يقعد لهم كل مرصد. ويأخذ عليهم كل طريق. ويجلب عليهم بخيله ورجله. وإنه جاد كل الجد في عمله الخبيث. ويعلم أن بناء هذا المخلوق الإنساني بناء واه. وأنه مسكين سرعان ما يسقط إذا أفلت من يده الحبل الذي يربطه والعروة التي تشده. وأن ما ركب في كيانه من وظائف ومن ميول ومن شهوات سرعان ما ينحرف عن التوازن فيشط به هنا أو هناك ؛ ويوقعه في المعصية وهو ضعيف عن الاحتفاظ بالتوازن السليم ... ليس بينه وبين الرحمة الندية الرخية، وظلالها السمحة المحيية وليس بينه وبين هذا كله إلاّ التوبة. التوبة وحدها. الأوبة إلى الباب المفتوح الذي ليس عليه بواب يمنع، والذي لا يحتاج من يلج فيه إلى استئذان »[٣٤] .

وقد بين رسول اللّه صلى الله عليه وسلم في أحاديث كثيرة فضل التوبة والاستغفار وأنهما من وسائل الوقاية والعلاج مما يعرض للإنسان المسلم من مشكلات نفسية سواء هم أو غم أو غيرهما، ومن ذلك ما رواه الإمام أبو داود في سننه عن عبداللّه بن عباس رضي اللّه عنهما قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: « **من لزم الاستغفار جعل اللّه له من كل ضيق مخرجاً، ومن كل هم فرجا، ورزقه من حيث لا يحتسب** »[٣٥].

وقد علم رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أسماء بنت عميس أن تلجأ إلى اللّه عند الكرب، فقد روى الإمام أبو داود في سننه عن أسماء بنت عميس قالت: قال لي رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**ألا أعلمك كلمات تقولينهن عند الكرب، أو في الكرب، اللّه اللّه ربي لا أشرك به شيئاً**»[٣٦].

٨ - الصبر :

وهو من أفضل الوسائل التي أرشد إليها اللَّه وأرشد إليها رسوله محمد صلى الله عليه وسلم . وقد كان مما أوصى به لقمان ابنه عند المصائب والشدائد، كما ذكر اللَّه ذلك على لسانه في قول اللَّه تعالى : ﴿ **يَا بُنَيَّ أَقِمِ الصَّلاةَ وَأْمُرْ بِالْمَعْرُوفِ وَانْهَ عَنِ الْمُنكَرِ وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الأُمُورِ** ﴾ [لقمان : ١٧] . وقد أرشد اللَّه المؤمنين بالاستعانة بالصبر في كل حين، وخصوصاً في حال الخوف أو عند الجوع أو في حالة خسارة المال أو الأولاد أو الثمار وكلها يمكن أن ينتج عنها مشكلات نفسية لدى قليل الصبر أو فاقده، فقد قال اللَّه تعالى : ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ (١٥٣) وَلا تَقُولُوا لِمَن يُقْتَلُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتٌ بَلْ أَحْيَاءٌ وَلَكِن لاَّ تَشْعُرُونَ (١٥٤) وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الأَمْوَالِ وَالأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (١٥٥) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ** ﴾ [البقرة : ١٥٣ - ١٥٦] .

وقد ورد عن رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم الكثير من الأحاديث التي توضح أن الصبر وسيلة للوقاية والعلاج لكثير ممَّا يصيب المسلم في هذه الحياة الدنيا. منها ما رواه الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «**ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى ولا غم حتى الشوكة يشاكها إلاّ كفر اللَّه بها من خطاياه**»(٣٧) . وعنه عن عبداللَّه بن عباس رضي اللَّه عنهما أن امرأة أتت النبي صلى الله عليه وسلم فقالت: إني أصرع وإني أتكشف فادع اللَّه لي فقال رسول اللَّه صلى الله عليه وسلم : «**إن شئت صبرت ولك الجنة وإن شئت دعوت اللَّه أن يعافيك**» فقالت : أصبر. فقالت: إني أتكشف فادع اللَّه أن لا أتكشف. فدعا لها(٣٨) . وعنه عن أنس

بن مالك رضي الله عنه قال: سمعت رسول اللّه صلى الله عليه وسلم يقول: «**إن اللّه تعالى قال: إذا ابتليت عبدي بحبيبتيه فصبر، عوضته منهما بالجنة** » قال البخاري : يريد عينيه [٣٩]. وروى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه أن أناساً من الأنصار سألوا رسول اللّه صلى الله عليه وسلم فأعطاهم، ثم سألوه فأعطاهم. حتى إذا نفد ما عنده قال: «**ما يكن عندي من خير فلن أدخره عنكم. ومن يستعفف يعفه اللّه. ومن يستغن يغنه اللّه. ومن يصبر يصبره اللّه. وما أعطى أحد من عطاء خير وأوسع من الصبر**»[٤٠].

وروى الإمام الترمذي في سننه عن علي بن أبي طالب رضي الله عنه قال : كنت شاكياً فمر بي رسول اللّه صلى الله عليه وسلم وأنا أقول: اللهم إن كان أجلي قد حضر فأرضني، وإن كان متأخراً فارفعني، وإن كان بلاء فصبرني. فقال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**كيف قلت**» ؟ قال: فأعاد عليٌّ ما قال: قال: فضربه برجله. «**فقال اللهم عافه أو اشفه**» (شعبه الشّاك)، فما اشتكيت وجعي بعد[٤١].

وروى الإمام مسلم في صحيحه عن صهيب رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم : «**عجباً لأمر المؤمن. إن أمره كله خير. وليس ذلك لأحد إلاّ للمؤمن. إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له. وإن أصابته ضراء صبر، فكان خيراً له** » [٤٢] .

٩ - اتخاذ القدوة :

إن اتخاذ القدوة من الوسائل الواقية للمسلم لما قد يصيبه والدالة له على الصبر والاحتساب عندما يصاب بمشكلة نفسية، والقدوة يمكن عرضها في قسمين :

الأول - الاقتضاء بالرسول ﷺ في كل شيء:

خصوصاً في اجتنابه لما قد يضر، والسعي لعلاج ما يصيبه مع الصبر والاحتساب. وقد قال اللّه تعالى: ﴿ لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً ﴾ [الأحزاب: ٢١].

وقد بوب الإمام البخاري في صحيحه بالعنوان التالي: باب أشد الناس بلاء الأنبياء ثم الأول فالأول. وفيه روى عن عبداللّه قال: دخلت على رسول اللّه ﷺ وهو يوعك. فقلت: يا رسول اللّه إنك توعك وعكاً شديداً. قال: «**أجل إني أوعك كما يوعك رجلان منكم**»، قلت ذلك أن لك أجرين. قال: «**أجل ذلك كذلك. ما من مسلم يصيبه أذى شوكة فما فوقها إلاّ كفر اللّه سيئاته كما تحط الشجرة ورقها**»(٤٣).

الثاني - الاقتداء بالسلف الصالح:

وهم الذين يتبعون خطى رسول اللّه ﷺ ويسيرون عليها. وفي مقدمة هؤلاء الصحابة من المهاجرين والأنصار رضي اللّه عنهم أجمعين، فقد امتدحهم اللّه على صبرهم عندما أخرجوا من ديارهم وأموالهم وتعرضوا للشدائد، فقال اللّه تعالى: ﴿ لَقَد تَّابَ اللَّهُ عَلَى النَّبِيِّ وَالْمُهَاجِرِينَ وَالأَنصَارِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ فِي سَاعَةِ الْعُسْرَةِ ﴾ [التوبة: ١١٧]. وقال الله عن المهاجرين والأنصار في صبرهم وتحملهم وإيثارهم: ﴿ لِلْفُقَرَاءِ الْمُهَاجِرِينَ الَّذِينَ أُخْرِجُوا مِن دِيَارِهِمْ وَأَمْوَالِهِمْ يَبْتَغُونَ فَضْلاً مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا وَيَنصُرُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ ۝٨ وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالإِيمَانَ مِن قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِّمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَن يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ [الحشر: ٨، ٩].

وقد تعرض الصحابة للإيذاء والتعذيب فصبروا فكان جزاءهم الجنة قال اللّه تعالى: ﴿ فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لا أُضِيعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِّنكُم مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ بَعْضُكُم مِّنْ بَعْضٍ فَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَأُخْرِجُوا مِن دِيَارِهِمْ وَأُوذُوا فِي سَبِيلِي وَقَاتَلُوا وَقُتِلُوا لأُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلأُدْخِلَنَّهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الأَنْهَارُ ثَوَابًا مِّنْ عِندِ اللَّهِ وَاللَّهُ عِندَهُ حُسْنُ الثَّوَابِ ﴾ [آل عمران: ١٩٥]. وقال اللّه تعالى: ﴿ ثُمَّ إِنَّ رَبَّكَ لِلَّذِينَ هَاجَرُوا مِنْ بَعْدِ مَا فُتِنُوا ثُمَّ جَاهَدُوا وَصَبَرُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ [النحل: ١١٠].

وهكذا من جاء بعدهم من التابعين ومن بعدهم من سلف الأمة الصالح الذين ضربوا أروع الأمثلة في الصبر الاحتساب عند الشدائد وعدم الجزع، والسعي في اتقاء المكاره قدر الإمكان، وكتب السير فيها الكثير من قصصهم، إضافة إلى أبواب المناقب في كتب الحديث.

١٠ - التفقه:

ويقصد به الاستزادة من العلم بالاطلاع والتعلم. وأوله التفقه في الدين ففيه تقوية الإيمان وزيادته وهو كما سبق أن ذكرنا الوسيلة الأولى من وسائل الوقاية والعلاج. ثم يأتي بعد ذلك الاستزادة من العلوم الأخرى والتي تجعل الفرد على معرفة بالمشاكل النفسية ومسبباتها فيتجنب تلك المسببات ويتخذ سبل الوقاية التي يقدمها أهل الاختصاص. وقد وجه اللّه رسوله محمداً ﷺ بطلب الزيادة في العلم ويدخل معه في ذلك جميع أتباعه، فقال اللّه تعالى: ﴿ وَقُل رَّبِّ زِدْنِي عِلْمًا ﴾ [طه: ١١٤]. كما أمر اللّه سبحانه وتعالى بالرجوع إلى أهل العلم والمعرفة فيما يجهله الإنسان حتى يعلمونه ويبصرونه ويدلونه على الطريق، فقال اللّه تعالى: ﴿ فَاسْأَلُوا أَهْلَ الذِّكْرِ إِن كُنتُمْ لا تَعْلَمُونَ ﴾ [النحل: ٤٣].

وقال اللّه تعالى: ﴿ وإذا جاءهُم أمرٌ من الأمن أو الخوف أذاعوا به ولو ردُّوهُ إلى الرسول وإلى أولي الأمر منهم لعلمهُ الذين يستنبطونهُ منهم ولولا فضلُ الله عليكُم ورحمتهُ لاتّبعتمُ الشيطان إلاّ قليلاً ﴾ [النساء : ٨٣] وقد بيّن اللّه فضل العلماء وأنهم أرفع درجات عن من هم دونهم فقال اللّه تعالى : ﴿ يرفع اللّهُ الذين آمنوا منكُمْ والذين أوتوا العلم درجات ﴾ [المجادلة : ١١] .

وقد بيّن الرسول ﷺ أن من أراد اللّه به الخير يفقهه في الدين، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن معاوية بن أبي سفيان رضي الله عنه قال: سمعت النبي ﷺ يقول: « **من يرد اللّه به خيراً يفقهه في الدين**»[٤٤].

وقد دعا رسول اللّه ﷺ لعبد اللّه بن عباس عندما أحضر له ماء وضوئه أن يفقهه اللّه في الدين، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللّه بن عباس رضي اللّه عنهما أن النبي ﷺ دخل الخلاء فوضعت له وضوءاً. قال : «**من وضع هذا**» ؟ فأخبر. فقال: «**اللهم فقهه في الدين**»[٤٥] .

١١ - مقاومة هوى النفس :

يمكن للمسلم أن يقي نفسه من العديد من المشكلات النفسية عندما يقاوم هوى النفس الأمارة بالسوء، وكذلك عندما تدخل عليه من باب الوسواس فلا يسترسل معها بل يكفها من البداية. وفي القرآن الكريم الكثير من الآيات التي تبين أن النفس قد تجلب للإنسان الكثير من المشكلات النفسية سواء الخوف أو الكذب أو غيرهما ؛ ومن ذلك ما اعترفت به امرأة العزيز عندما ظهرت الحقيقة في اتهامها ليوسف بأنه راودها عن نفسها، فاعترفت أن نفسها الأمارة بالسوء هي السبب، فقال

اللَّه تعالى على لسانها : ﴿وَمَا أُبَرِّئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ﴾ [يوسف : ٥٣]. وقد وبَّخ اللَّه الإنسان الذي يتبع هوى نفسه فتضله عن سبيل اللَّه ويصبح في ضيق وكدر في الدنيا والآخرة، فقال اللَّه تعالى: ﴿أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَٰهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَن يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ﴾ [الجاثية : ٢٣] .

كما أن اللَّه سبحانه وتعالى امتدح الذي يكبح جماح نفس وهواها فيسيرها إلى الحق ولا تسيره إلى الضلال والكدر، فقال اللَّه تعالى : ﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ﴾ [النازعات : ٤٠، ٤١] .

وقد أرشد اللَّه سبحانه وتعالى إلى أن ما يصيب الإنسان في هذه الحياة الدنيا فإن من أسباب ذلك ما تجنيه النفس، فقال اللَّه تعالى: ﴿مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِن سَيِّئَةٍ فَمِن نَّفْسِكَ﴾ [النساء : ٧٩] .

ولعل من أهم ما يسبب المشكلات النفسية كالاكتئاب أو الحزن في كثير من الحالات ارتكاب الجرائم الكبيرة مثل القتل وغيرها، وقد ورد ذلك في شأن قابيل عندما قادته نفسه الأمارة بالسوء إلى قتل أخيه هابيل فقال اللَّه تعالى :﴿فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ [المائدة :٣٠].

وقد بيّن اللَّه كيف قاوم الأنصار شح الأنفس بأن بذلوا ما يملكون لإخوانهم المهاجرين بل قدموهم على أنفسهم في صورة من الإيثار يندر أن نجد لها مثيلا في سلوك الناس، فقال اللَّه تعالى : ﴿وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِن قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِّمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَن يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ﴾ [الحشر : ٩] .

وقد نسب السامري إلى تسويل نفسه السبب في صناعة العجل حتى تعبده بنو إسرائيل فكان فيه ضلالهم، فقال اللّه تعالى: ﴿قَالَ بَصُرْتُ بِمَا لَمْ يَبْصُرُوا بِهِ فَقَبَضْتُ قَبْضَةً مِّنْ أَثَرِ الرَّسُولِ فَنَبَذْتُهَا وَكَذَلِكَ سَوَّلَتْ لِي نَفْسِي﴾ [طه: ٩٦] .

كما أن الحسد وهو من المشكلات النفسية يأتي من النفس لذا تجب مقاومته، وقد وصف اللّه حال أهل الكتاب بهذا الحسد نتيجة الخير الذي جاء به محمد ﷺ لأمته، فقال اللّه تعالى : ﴿وَدَّ كَثِيرٌ مِّنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُم مِّنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِّنْ عِندِ أَنفُسِهِم مِّنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّىٰ يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ إِنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ [البقرة: ١٠٩] .

وقد بيّن رسول اللّه ﷺ في أحاديث عدة خطر هوى النفس وأنه يجب مقاومتها حتى لا يسقط الإنسان المسلم في المشكلات العديدة، ومن ذلك ما بين أن الضلال نتيجة اتباع هوى النفس، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن حذيفة رضي الله عنه قال : سمعت رسول اللّه ﷺ يقول: **«تعرض الفتن على القلوب كالحصير عوداً عوداً. فأي قلب أشربها نكت فيه نكتة سوداء. وأي قلب أنكرها نكت فيه نكتة بيضاء، حتى تصير القلوب على قلبين، على أبيض مثل الصفا. فلا تضره فتنة ما دامت السماوات والأرض والآخر أسود مرباداً كالكوز مجخياً لا يعرف معروفاً ولا ينكر منكراً إلاّ ما أشرب من هواه »** (٤٦) .

كما كان الرسول ﷺ يستعيذ اللّه من منكرات الأهواء لما فيها من أخطار على نفس الإنسان، فقد روى الإمام الترمذي في سننه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: كان النبي ﷺ يقول : **«اللهم إني أعوذ بك من منكرات الأخلاق والأعمال والأهواء»** (٤٧) .

كما أن رسول اللّه ﷺ علم الصحابة أن يستعيذوا باللّه من شرور أنفسهم وذلك في خطبة الحاجة، فقد روى الإمام الدارمي في سننه عن عبداللّه قال: علمنا رسول اللّه ﷺ خطبة الحاجة : «**إن الحمد لله – نحمده، ونستعينه، ونستغفره، ونعوذ باللّه من شرور أنفسنا ... الحديث**»[٤٨].

كما كان السلف الصالح يحذرون من هوى النفس حتى يسلموا في دينهم وخلقهم وصحتهم، فقد روى الإمام الدارمي في سننه عن مجاهد قال: ما أدري أي النعمتين عليّ أعظم: أن هداني للإسلام أو عافى من هذه الأهواء. كما روى عن الإمام الشعبي أنه قال: إنما سمى الهوى، لأنه يهوى بصاحبه [٤٩] .

١٢ – الحذر من الشيطان :

من أهم وسائل الوقاية والعلاج من المشكلات النفسية الحذر من الشيطان لأنه عدو الإنسان، وهو يسعى لكل ما يضر بالإنسان في دينه وصحته وكل شأنه .

وقد وصف اللّه الشيطان بأنه غرور للإنسان وعدو له، لذا يجب على المسلم أن يحذر منه ويتقيه، فقال اللّه تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ فَلا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ الْغَرُورُ ۝ إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ**﴾ [فاطر: ٥، ٦] .

وقد أوضح اللّه سبحانه وتعالى أن الشيطان يصيب الإنسان بالمس حيث قال سبحانه: ﴿**الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا لا يَقُومُونَ إِلاَّ كَمَا يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْمَسِّ**﴾ [البقرة: ٢٧٥] .

كما بيّن اللّه سبحانه أن الشيطان يمكن أن يصيب الإنسان بالخوف وهو من المشكلات النفسية، حيث قال اللّه تعالى : ﴿ إِنَّمَا ذَلِكُمُ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ ﴾ [آل عمران : ١٧٥].

وقد أرشد اللّه سبحانه الله إلى الطريق المخلص من نزغ الشيطان وهو ذكر اللّه تعالى والاستعاذة به من الشيطان، قال اللّه تعالى : ﴿ وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٢٠٠﴾ إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُم مُّبْصِرُونَ ﴾ [الأعراف : ٢٠٠ ، ٢٠١]. وقال اللّه تعالى : ﴿ وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴾ [فصلت : ٣٦]. ومن توجيهات اللّه لرسوله محمد ﷺ أن يستعيذ به من همزات الشياطين، فقال اللّه تعالى: ﴿ وَقُل رَّبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ ﴾ [المؤمنون : ٩٧]. وقال اللّه تعالى : ﴿ مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿٥﴾ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴾ [الناس : ٤ - ٦] .

وقد بيّن رسول اللّه ﷺ أثر الشيطان على الإنسان عند التقاء ماء الرجل بماء المرأة، فإذا سبق ذلك ذكر اللّه تجنبه الشيطان، كما روى الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللّه بن عباس رضي اللّه عنهما قال: قال النبي ﷺ: «**لو أن أحدكم إذا أتى أهله قال: اللهم جنبني الشيطان وجنب الشيطان ما رزقتني، فإن كان بينهما ولد لم يضره الشيطان ولم يسلط عليه**»(٥٠) .

وقد حذر رسول اللّه ﷺ من وسوسة الشيطان للإنسان وعدم التمادي مع ما يورده على الإنسان من خواطر ووساوس قد تصل به إلى السؤال عن من خلق اللّه سبحانه وتعالى، وفي هذا دليل على تأثير الشيطان على الإنسان من خلال الوساوس وهي من المشكلات النفسية المعروفة، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال

رسول اللّه ﷺ : « **يأتي الشيطان أحدكم فيقول : من خلق كذا ؟ من خلق كذا ؟ حتى يقول : من خلق ربك، فإذا بلغه فليستعذ باللّه ولينته**» [٥١] . ويلاحظ في هذا الحديث وصف للمشكلة وطرح العلاج لها وهو الاستعاذة باللّه من الشيطان الرجيم ثم الانتهاء عن هذه الوساوس وعدم الاسترسال معها .

وفي حديث آخر بيّن الرسول ﷺ أن الشيطان يجري من ابن آدم مجرى الدم، فهو يوسوس له ويقذف في نفسه الخواطر والظنون، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أم المؤمنين صفية بنت حُيَيّ قالت: كان رسول اللّه ﷺ معتكفاً فأتيته أزوره ليلاً فحدثته ثم قمت فانقلبت فقام معي ليقلبني، وكان مسكنها في دار أسامة بن زيد فمر رجلان من الأنصار فلما رأيا النبي ﷺ أسرعا فقال النبي ﷺ :«**على رسلكما إنها صفية بنت حيي** » فقالا : سبحان اللّه يا رسول اللّه. قال : «**إن الشيطان يجري من الإنسان مجرى الدم وإني خشيت أن يقذف في قلوبكما سوءاً أو قال شيئاً**»[٥٢].

شدة الغضب وثورته من الشيطان وهو من المشكلات النفسية التي يعاني منها بعض الناس، وقد أرشد الرسول ﷺ إلى علاج ذلك بالاستعاذة باللّه من الشيطان الرجيم وتغيير حال الإنسان من الوقوف إلى الجلوس ومن الجلوس إلى الاستلقاء وكذلك الوضوء، ومن تلك الأحاديث ما رواه الإمام البخاري في صحيحه عن سليمان بن صرد رضي الله عنه قال : كنت جالساً مع النبي ﷺ ورجلان يستبان فأحدهما أحمر وجهه وانتفخت أوداجه فقال النبي ﷺ : «**إنى لأعلم كلمة لو قالها ذهب عنه ما يجد لو قال :أعوذ باللّه من الشيطان ذهب عنه ما يجد**» [٥٣] .

والشيطان يمكن أن يتسبب في خوف الإنسان من خلال الأحلام المزعجة التي تسبب له الخوف وهو من المشكلات النفسية، ويمكن تجنب

ذلك وعلاجه بالاستعاذة باللّه من الشيطان الرجيم كما ثبت ذلك عن رسول اللّه ﷺ فيما رواه الإمام البخاري في صحيحه عن أبي قتادة رضي الله عنه قال : قال النبي ﷺ : «**الرؤيا الصالحة من اللّه والحلم من الشيطان فإذا حلم أحدكم حلماً يخافه فليبصق عن يساره وليتعوذ باللّه من شرها فإنها لا تضره** »[٥٤]. وروى الإمام مسلم في صحيحه عن جابر رضي الله عنه قال : جاء أعرابي إلى النبي ﷺ فقال : يا رسول اللّه، رأيت في المنام كأن رأسي ضرب فتدحرج فاشتددت على أثره. فقال رسول اللّه ﷺ للأعرابي : « **لا تحدث الناس بتلعب الشيطان بك في منامك** »[٥٥].

هذه أهم أساليب الوقاية والعلاج، ولا شك أن هناك أساليب أخرى يمكن أن نراها في بحوث أخرى لباحثين آخرين إن شاء اللّه تعالى .

هوامش الفصل السابع

(١) مسند الإمام أحمد، الجزء الثاني، ص ٣٥٩. قال الشيخ أحمد شاكر في تخريج الحديث : إسناده حسن. رواه الحاكم عن أبي هريرة. والسيوطي في الجامع الصغير، ورمز له بأنه حديث صحيح (الجزء ١٦، ص (٨٦٩٧).
(٢) القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، المجلد الرابع عشر، ص ١٩٨ .
(٣) مسلم، صحيح مسلم، المجلد الرابع، كتاب القدر، باب ٨، ص ٢٠٥٢ .
(٤) أبو داود، سنن أبي داود، الجزء الثاني، حديث ١٣١٩، ص ٧٨، وقال الشيخ محمد بن ناصر الدين الألباني في تخريجه للحديث : حديث حسن [صحيح سنن أبي داود، الجزء الأول، ص] ٢٤٥ .
(٥) الترمذي، سنن الترمذي، الجزء الرابع، ص ٤٦٥ . قال الشيخ محمد بن ناصر الدين الألباني في تخريج الحديث : حديث صحيح [صحيح سنن الترمذي، الجزء الثاني، ص] ٢٣١ .
(٦) البخاري، صحيح البخاري، الجزء الثاني، كتاب التهجد، ص ٤٦ .
(٧) قطب، في ظلال القرآن، المجلد الأول، ص ص ٣٢٢ - ٣٢٣ .
(٨) قطب، في ظلال القرآن، المجلد الثالث، ص ١٧٠٨ .
(٩) القرضاوي، فقه الزكاة، الجزء الثاني، ص ص ٨٥٧ - ٨٥٨ .
(١٠) النسائي، سنن النسائي. الجزء الخامس، ص ص ٥ - ٦. قال الشيخ محمد ناصر الدين الألباني في تخريج الحديث : حديث صحيح [صحيح سنن النسائي، الجزء الثاني، ص] ٥١١ .
(١١) المرجع السابق، ص ٧ .
(١٢) قطب، في ظلال القرآن. المجلد الأول، ص ١٦٢ .
(١٣) البخاري، صحيح البخاري، الجزء الثاني، كتاب الصوم، الباب ٢، ص ٢٢٦ .
(١٤) ابن حجر، فتح الباري شرح صحيح البخاري. المجلد الرابع، ص ١٠٤ .
(١٥) البخاري، صحيح البخاري، الجزء السادس، كتاب النكاح، الباب ٣، ص ١١٧.
(١٦) ابن ماجه، سنن ابن ماجة، الجزء الثاني، كتاب المناسك، باب ٣، ص ٩٦٤. قال الشيخ الألباني في تخريج الحديث : صحيح [صحيح سنن ابن ماجة، المجلد الثاني، ص] ١٤٨ .
(١٧) ابن ماجه، سنن ابن ماجة، الجزء الثاني، كتاب المناسك، باب ٣، ص ٩٦٤. قال الشيخ الألباني في تخريج الحديث : صحيح [صحيح سنن ابن ماجة، المجلد الثاني، ص] ١٤٨ .
(١٨) ابن كثير، تفسير القرآن العظيم. المجلد الخامس، ص ١١٠ .
(١٩) قطب، في ظلال القرآن. المجلد الرابع. ص ٢٢٤٨ .

(٢٠) ابن ماجه، سنن ابن ماجة. الجزء الأول. المقدمة، باب ١٦، ص ٧٨. قالا محققا الكتاب في الزوائد : إسناده صحيح .

(٢١) الترمذي، سنن الترمذي. الجزء الخامس. كتاب فضائل القرآن. باب ٤٠ . ص ١٥٩. قال الترمذي : هذا حديث حسن صحيح .

(٢٢) انظر كتب الأذكار مثل الوابل الصيب من الكلم الطيب، وبدائع الفوائد، وإغاثة اللهفان من مصائد الشيطان، وزاد المعاد وكلها للإمام ابن القيم. والدعاء من الكتاب والسنة للشيخ سعيد بن علي القحطاني. وأبواب الدعاء في كتب الأحاديث.

(٢٣) قطب، في ظلال القرآن. المجلد الرابع، ص ٢٠٦٠ .

(٢٤) مسلم، صحيح مسلم. الجزء الرابع، كتاب الذكر. باب ٦ . ص ٢٠٦٧ .

(٢٥) الترمذي، سنن الترمذي، الجزء الخامس، كتاب الدعاء، باب ١٣ ، ص٤٦٥، قال الإمام الترمذي : هذا حديث حسن صحيح غريب .

(٢٦) الألباني، صحيح الجامع الصغير وزيادته، المجلد الأول، حديث ٣٤٠٩، ص ٦٤١. وضع له درجة حديث حسن .

(٢٧) الألباني، سلسلة الأحاديث الصحيحة، المجلد الأول، حديث ١٥٤، ص ٢٣٦ .

(٢٨) قطب، في ظلال القرآن، المجلد الأول، ص ٩٨ .

(٢٩) القرطبي، الجامع لأحكام القرآن. الجزء الثامن عشر، ص ١٦١ .

(٣٠) المسند، أحمد بن حنبل، « شرح » أحمد محمد شاكر، الجزء الرابع، حديث رقم ٢٦٦٩، ص ٢٣٣. قال الشارح : إسناده صحيح .

(٣١) قطب، في ظلال القرآن، المجلد السادس، ص ٣٢٥٩ .

(٣٢) المرجع السابق، المجلد الخامس، ص ٣١٢١ .

(٣٣) مسلم صحيح مسلم، الجزء الأول، كتاب الإيمان، باب ١٣، ص ٦٥ .

(٣٤) قطب، في ظلال القرآن، المجلد الخامس، ص ٣٠٥٨ .

(٣٥) أبو داود، سنن أبي داود. الجزء الثاني، كتاب الصلاة، باب الاستغفار، حديث ١٥٢٥، ص١٨٢. قال في الحاشية : إسناده صحيح .

(٣٦) المرجع السابق، الجزء الثاني، كتاب الصلاة، باب الاستغفار، حديث ١٥٢٥، ص ١٨٢ . قال الشيخ الألباني في تخريج الحديث : صحيح [صحيح سنن أبي داود، الجزء الأول، باب الاستغفار، حديث ١٣٤٩، ص ٢٨٤].

(٣٧) البخاري، صحيح البخاري. الجزء السابع، كتاب المرضى والطب، باب ١ ، ص٢ .

(٣٨) البخاري، صحيح البخاري. الجزء السابع، كتاب المرض والطب، باب ٦، ص٤.

(٣٩) المرجع السابق .

(٤٠) مسلم، صحيح مسلم، الجزء الثاني، كتاب الزكاة، باب ٤٢ ، حديث ١٢٤، ص٧٢٩.

(٤١) الترمذي، سنن الترمذي. الجزء الخامس. كتاب الدعوات. باب ١١٢، ص ٥٦٠. قال الترمذي : حديث حسن صحيح .

(٤٢) مسلم، صحيح مسلم. الجزء الرابع، كتاب الزهد والرقائق، باب ١٣، حديث ٦٤، ص ٢٢٩٥ .

(٤٣) البخاري، صحيح البخاري. الجزء السابع، كتاب المرض والطب، باب ٣، ص٣.

(٤٤) المرجع السابق الجزء الأول، كتاب العلم، باب ١٣ ،ص ٢٦ .

(٤٥) المرجع السابق، الجزء الأول، كتاب الوضوء، باب ١٠، ص ٤٥ .

(٤٦) مسلم، صحيح مسلم. الجزء الأول. كتاب الإيمان، باب ٦٥، حديث ٢٣١، ص١٢٨ .

(٤٧) الترمذي، سنن الترمذي. الجزء الخامس. كتاب الدعوات. باب ١٢٧، حديث ٣٥٩١، ص ٥٧٥. قال الترمذي : حديث حسن غريب .

(٤٨) الدارمي، سنن الدارمي، الجزء الثاني، كتاب النكاح، باب ٢٠، حديث ٢٢٠٢، ص ١٩١. وقد رواه أبو داود والترمذي والنسائي وأحمد والبيهقي والحاكم وابن ماجة والألباني .

(٤٩) المرجع السابق، الجزء الأول، المقدمة، باب ٣٠، حديث ٣٠٩، ص ١٠٣، وكذلك باب ٣٥، حديث ٣٩٥، ص ١٢٠ .

(٥٠) البخاري، صحيح البخاري. الجزء الرابع، كتاب بدء الخلق، باب ١١، ص ٩٤ .

(٥١) المرجع السابق، ص ٩٢ .

(٥٢) المرجع السابق، ص ٩٣ .

(٥٣) المرجع السابق، ص ٩٣ .

(٥٤) المرجع السابق، ص ٩٥ .

(٥٥) مسلم، صحيح مسلم. الجزء الرابع، كتاب الرؤيا، باب ٢، حديث ١٥، ص ١٧٧٦.

الفصل الثامن

الصحة النفسية من منظور إسلامي

التدين والصحة النفسية موضوعان مترابطان يعتمد الثاني فيهما على الأول وينبني عليه، فحتى يصل الإنسان المسلم إلى الصحة النفسية المنشودة عليه أن يكون مسلماً متديناً ملتزماً بتطبيق تعاليم الإسلام في داخل نفسه وعلى سلوكه الخارجي .

وسنحاول في هذا الفصل عرض العوامل التي تقوم عليها الصحة النفسية من منظور إسلامي يعتمد على المصادر الشرعية ويستفيد من جهود العلماء المسلمين وكذلك جهود غير المسلمين بمنظور واعٍ يجتنب الإمعية .

ولكن قبل ذلك سعى الباحث لمطالعة ما تمكن من الوصول إليه من كتابات باحثين مسلمين حول الموضوع، وللأسف وجدها كتابات قليلة (بحسب ما اطلع عليه) لا تتعدى أصابع اليد الواحدة، نذكرها فيما يلي:

١ - كتاب القرآن والصحة النفسية ١٤١٤هـ :

للدكتور جمال ماضي أبو العزائم. والمؤلف طبيب نفسي مشهور، له مساهمات كثيرة في مجال الطب النفسي الإسلامي على مستوى الجمعيات العلمية والعيادات والمؤلفات والمشاركة في المؤتمرات المحلية والعالمية.

والكتاب جولة طب نفسية مع القرآن وبعض الأخلاقيات والعبادات الإسلامية وآثارها الوقائية والعلاجية. وليس فيه طرح إطار نظري للصحة النفسية يمكن أن يخرج به القارئ للكتاب.

٢ - كتاب الإيمان والصحة النفسية ١٤١٥هـ :

للدكتور سيد عبدالحميد مرسي. والمؤلف أستاذ لعلم النفس مشهور بكثرة إنتاجه العلمي المنشور في كثير من فروع علم النفس .

والكتاب في خمسة فصول، الأول عن مفهوم الإيمان، والثاني عن أثر الإيمان في حياة الفرد، والثالث عن المفاهيم الأساسية للصحة النفسية ويعكس وجهة النظر التي توردها الدراسات الغربية، والفصل الرابع عن توافق الشخصية وهو كذلك يعكس ما طرحته الدراسات الغربية ماعدا آخر فقرتين حيث عرض المؤلف العلاج النفسي في القرآن، والإيمان والشعور بالأمن، والفصل الخامس والأخير خاتمة في حدود عشر صفحات تناولت موضوعات عديدة بشكل سريع .

ولم يرد في الكتاب تصور نظري للعلاقة بين الإيمان والصحة النفسية كما هو بغية القارئ لعنوان الكتاب .

٣ - كتاب المدخل إلى علم الصحة النفسية ١٤٠٩هـ :

للدكتور كمال إبراهيم مرسي. وهو أستاذ لعلم النفس مشهور بجودة مؤلفاته وعمق كتاباته، وله إسهامات منشورة في مجال التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية .

والكتاب مكون من تسعة فصول (وفي رأي الباحث) أن من أميزها الفصول الثالث والرابع والخامس والثامن. حيث تناول في الفصل الثالث الصحة النفسية من حيث التعريفات، وفي الفصل الرابع مستويات الصحة النفسية، وفي الفصل الخامس الصحة النفسية وتكاليف الحياة، وفي الفصل الثامن الانحرافات النفسية الباطنة - وهي عادة لا تعرض في الدراسات الغربية - مثل سوء الظن والغيبة والحسد والكبر والنفاق.

وقد عرض المؤلف تصوراً إسلاميا رائداً في مفهوم الصحة النفسية كان أساسه حسن الخلق. وسنحاول فيما يلي تقديم تلخيص لهذا الطرح.

في البداية عرَّف الصحة النفسية بناءً على هذا المفهوم كما يلي:

الصحة النفسية حالة نفسية يشعر فيها الإنسان بالرضا والارتياح عندما يكون حسن الخلق مع الله ومع نفسه والناس[1].

وقد أقام المؤلف الصحة النفسية على أربعة مجالات مرتبطة بأربعة أبعاد (انظر الشكل ١ - ٨) هي كما يلي :

١ - البعد الجسمي :

وهو الدائرة الداخلية ويشمل رعاية حقوق الجسم والمحافظة عليه وتنميته ووقايته من كل ما يؤذيه. وإشباع حاجاته باعتدال. ويشمل كذلك المحافظة على الحواس وتنميتها واستخدامها فيما خلقت له. ويدخل في هذا النظافة وحسن المظهر باللباس الحسن والزينة المباحة .

٢ - البعد النفسي :

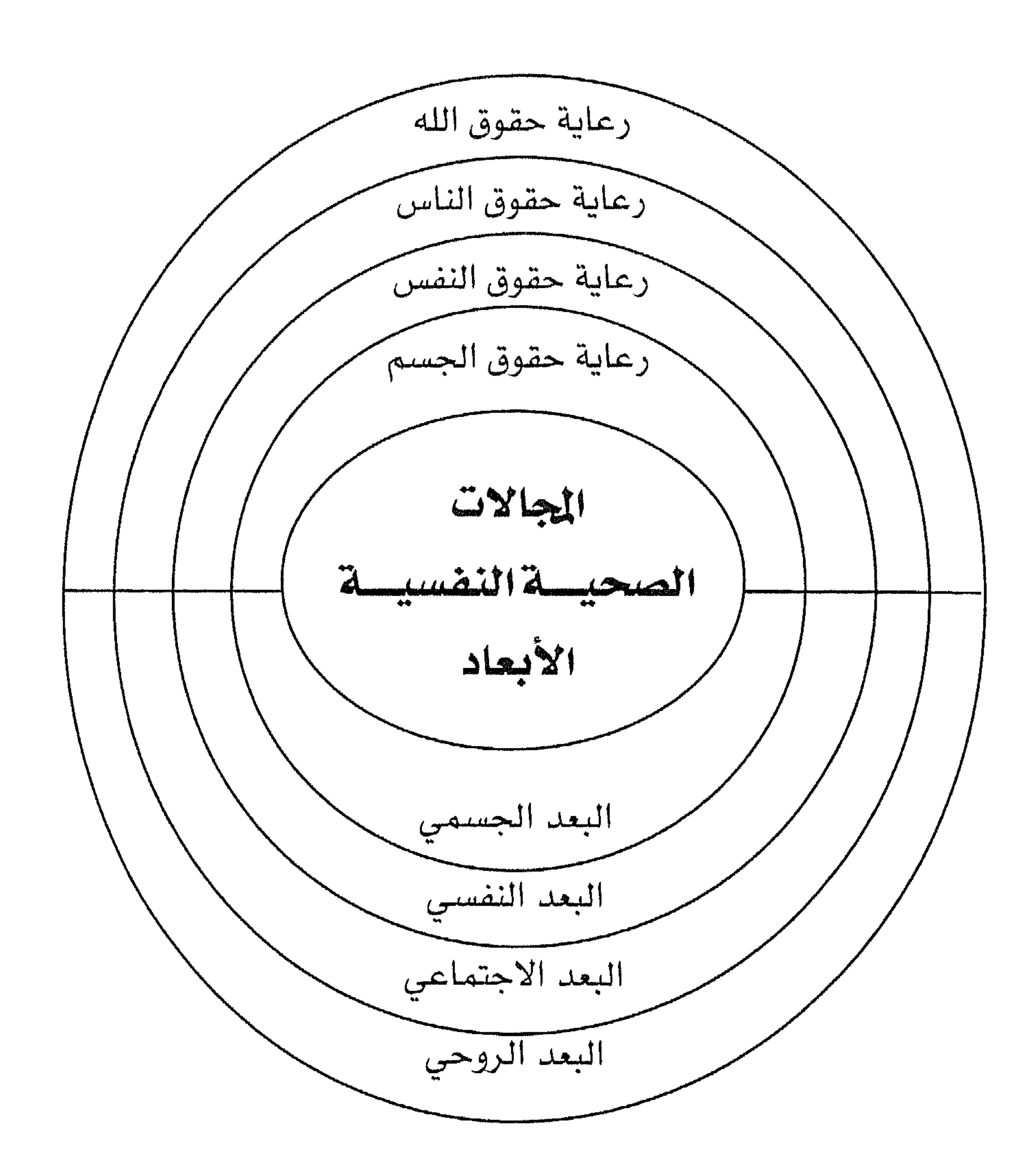
وهو الدائرة التي تلي الدائرة السابقة، ويشمل رعاية حقوق النفس من تزكيتها وتنميتها، وحمايتها من كل ما يدنسها أو يفسدها، كذلك حبها وقبولها والرضا عنها وعن قدراتها، ومعرفة حاجاتها وميولها، وإشباعها باعتدال. كذلك نهيها عن كل ما يغضب الله، وحثها على العمل بما يرضيه سبحانه وتعالى فتحصل لها السعادة وتقبل على الحياة بتفاؤل ورضا. كما يحرص على علاج الانحرافات التي تقع فيها النفس بالتوبة والاستغفار. وإلزامها بالأخلاق الحسنة كما يجنبها الأخلاق السيئة .

٣ - البعد الاجتماعي :

وهو الدائرة قبل الأخيرة ويشمل رعاية حقوق الناس ويدخل فيه محبتهم ورحمتهم، وإرادة الخير لهم، وحماية حقوقهم وأموالهم وأعراضهم وأسرارهم، ولين القول لهم وأمرهم بالمعروف بالحسنى ونهيهم عن المنكر باللين وبالتي هي أحسن. وبذل وجوه البر لهم وكف الأذى عنهم.

٤ - البعد الروحي :

وهو الدائرة التي تحيط بالدوائر السابقة ويشمل رعاية حقوق الله، وذلك بمعرفته وحبه وإفراده بالعبادة بجميع أشكالها. ويحب لقاء الله وكلامه ورسوله ﷺ والملائكة والأنبياء وسائر المؤمنين من الإنس والجن. فيكون من نتاج ذلك تمكين الإيمان في قلبه ويشع النور في عقله وبصيرته ويجلي بصره ويسدد حواسه فيتبع ما يرضاه الله ويجتنب ما لا يرضاه ويسخطه. فيترقى في المنازل حتى يصبح الله هو يده التي يبطش بها ونظره الذي يبصر به وسمعه الذي يسمع به ورجله التي يمشي بها، وإن استعاذه يستجيب له ويعيذه، وإن استنصر بالله على أعدائه لينصرنه الله ويجيب دعوته. ثم إذا أحب الله العبد أمر جبريل بمحبته ثم طلب جبريل من الملائكة أن تحب هذا العبد، ثم يوضع له القبول في الأرض فيحبه أهل الأرض، وهذا مما ثبت في الحديث الصحيح (٢).



الشكل ١ – ٨

مجالات وأبعاد حسن الخلق

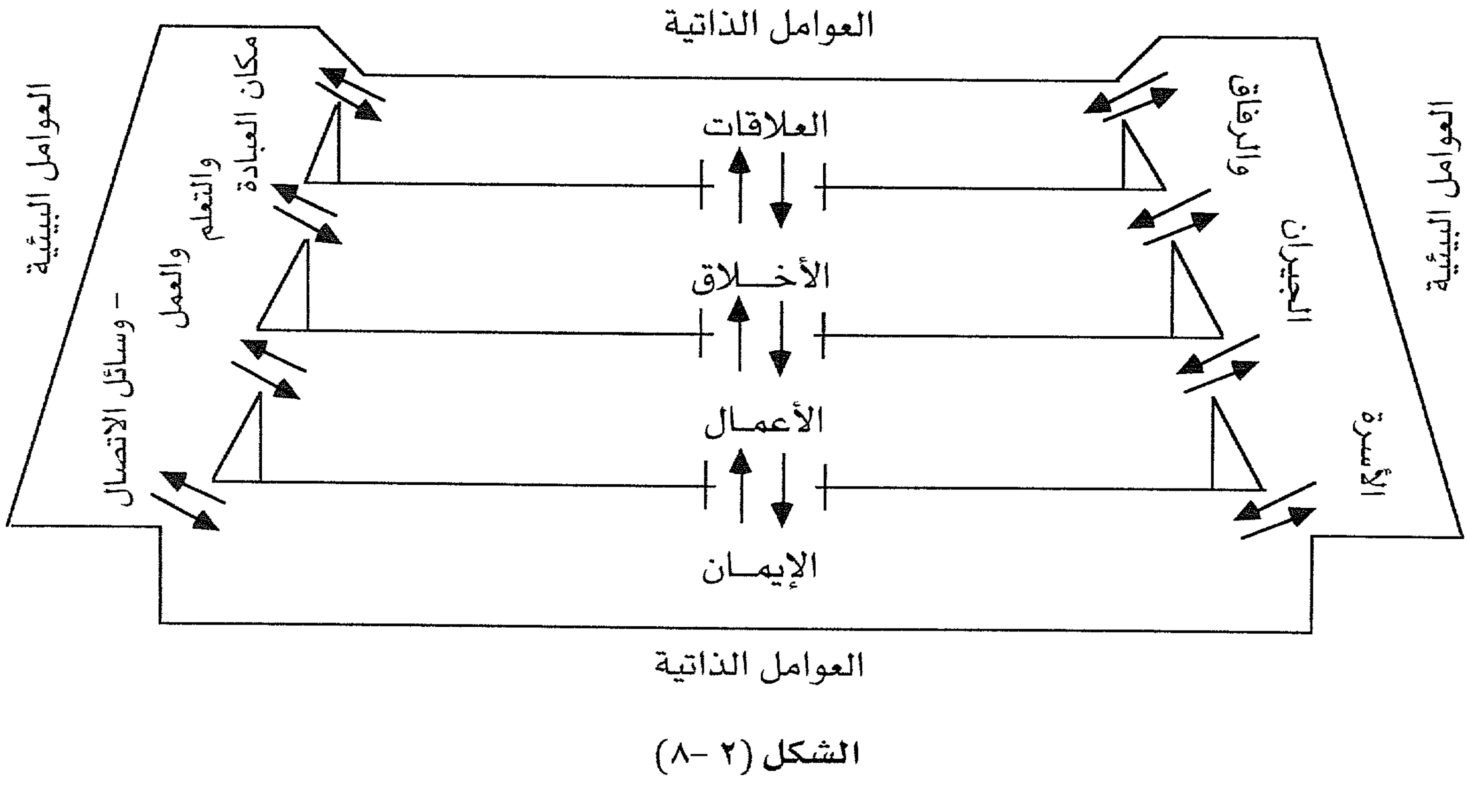
(نقلاً عن كمال مرسي [١٤٠٩هـ] ص١٠٩).

ويتضح لنا مما سبق عرضه تميز هذا المفهوم للصحة النفسية واعتماده على نصوص الوحي، وتغطيته للأبعاد الرئيسة في حياة الإنسان وإضافة البعد الغائب أو المغيب عن الدراسات الغربية (البعد الروحي) والذي لا تستقيم دراسة الإنسان وصحته النفسية مع غياب هذا البعد، لأن هذا البعد هو أهم الأبعاد التي يشعر من خلالها الإنسان بالصحة النفسية والسعادة التي مصدرها الإيمان بأركانها المعروفة، وغيابه سبب لضروب الشقاء والتعاسة والتيه الذي يعيشه من يستبعد الروح ولا يحقق لها مطالبها المتمثلة بإشباع دافع التدين بالتوجه إلى الله بالتوحيد وعبادته على وفق ما أراد وحسب ما أنزل على رسله عليهم أفضل الصلاة والسلام.

عوامل الصحة النفسية من منظور إسلامي :.

بعد عرضنا لبعض الدراسات السابقة عن الصحة النفسية، وبعد أن تناولنا في الفصول السابقة العلاقة بينها وبين التدين من خلال الدراسات المحلية والعربية والأجنبية والتي وضح من خلالها الأثر الإيجابي للتدين على الصحة النفسية وضعف ارتباطه بالمشكلات النفسية إن لم نقل ارتباطه العكسي بتلك المشكلات .

وبعد أن عرضنا نموذجاً بنائيا للصحة النفسية من منظور إسلامي (في الفصل السادس، نتناول في هذا الفصل منظور الباحث للتدين والصحة النفسية. وسيكون الحديث عن التدين والصحة النفسية مركزاً على دراسة عوامل الصحة النفسية من منظور إسلامي، والشكل (٢ – ٨) يبين تلك العوامل.



الشكل (٢ -٨)

عوامل الصحة النفسية من منظور إسلامي

ويؤكد الباحث أنه خرج بهذه العوامل من خلال محتويات الفصول السابقة في هذه الدراسة، وهو نتاج طبيعي لها .

ونلج الآن في استعراض كل عامل من العوامل المذكورة حسب توزيعها على النوعين الذاتية والبيئية .

وقبل ذلك نؤكد على ملاحظة ما يلي :

١ - الشكل (٢-٨) يبيّن ارتكاز العوامل الذاتية بعضها على بعض فأساسها هو الإيمان ويليه الأعمال وعليها الأخلاق وأخيراً التفاعل.

٢ - العوامل البيئية منها ما هو مباشر مع الفرد وهي الأسرة والجيران والرفاق، ومنها ما هو أقل مباشرة وهي مكان التعليم والعمل وغير مباشر وهي وسائل الاتصال .

٣ - يجب ملاحظة التداخل بين كافة العوامل الذاتية والبيئية كما هو واضح في الشكل، مما يؤكد استبعاد فكرة التأثير المنفصل لأي عامل من هذه العوامل بمعزل عما سواه من العوامل الأخرى .

٤ - أهمية الجانب الديني والروحي في هذا التصور من خلال اعتماد الإيمان أساساً له.

٥ - عدم استبعاد العوامل التي تناولها غير المسلمين - على الأخص في العوامل البيئية - ولكن عرضها يعكس المنظور الإسلامي لكل عامل من هذه العوامل .

ونستعرض فيما يلي هذه العوامل :

أولاً - العوامل الذاتية :

وهي مجموعة العوامل اللصيقة بكل فرد بذاته، وهي أساس لابد منه حتى نقول عن هذا الشخص أن لديه صحة نفسية أو هو متمتع بالصحة النفسية. وأهم العوامل الذاتية في رأي الباحث، العوامل الأربعة التالية:

١ - الإيمان :

وهو أهم العوامل من المنظور الإسلامي، فلا يمكن أن يتمتع الفرد بالصحة النفسية الحقيقية إذا افتقد الإيمان الصحيح. فما تعريف الإيمان؟

يجيب عن هذا السؤال شيخ الإسلام ابن تيمية نقلاً عن الفقهاء من علماء المسلمين فيقول :

(سائر الفقهاء من أهل الرأي والآثار بالحجاز والعراق والشام ومصر منهم مالك ابن أنس، والليث بن سعد، وسفيان الثوري، والأوزاعي، والشافعي، وأحمد بن حنبل، وإسحاق بن راهويه، وأبو عبيد القاسم بن سلام، وداود بن علي، والطبري ومن سلك سبيلهم ؛ فقالوا : الإيمان قول وعمل، قول باللسان وهو الإقرار واعتقاد القلب وعمل بالجوارح مع الإخلاص بالنية الصادقة)[٣].

وقد ورد في القرآن الكريم العديد من الآيات التي تبين أهمية الإيمان للإنسان وأنه طريق الصحة النفسية. فمن ذلك الآية الكريمة في سورة الأنعام التي تقرر أن أهل الإيمان الخالص هم أهل الأمن في الدنيا والآخرة، قال اللّه تعالى: ﴿ **الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُم بِظُلْمٍ أُوْلَئِكَ لَهُمُ الأَمْنُ وَهُم مُّهْتَدُونَ** ﴾ [**الأنعام**: ٨٢].

والإيمان يجعل المؤمن وجل من معصية اللّه وحريص على طاعته فتجده حريصاً على ذكر اللّه وتلاوة القرآن الكريم فيزداد إيمانه ولا يخاف من أي شيء فهو متوكل على اللّه وحده دون سواه ومن توكل على اللّه كفاه، قال اللّه تعالى : ﴿ **إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ** ﴾ [**الأنفال** : ٢] .

كما أن المؤمن بالله ينزل الله (على قلبه السكينة فيزداد إيمانه إيماناً ويكون من أهل السعادة الحقيقية، قال الله تعالى: ﴿ هُوَ الَّذِي أَنزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَّعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا ﴾ [الفتح: ٤]. والإيمان يثبت الإنسان في مواطن الخوف والرهبة كما وصف الله سبحانه وتعالى حال المؤمنين عندما خوفهم أعدائهم بالأحزاب وأنهم قد تجمعوا لقتال المسلمين، قال الله تعالى: ﴿ الَّذِينَ قَالَ لَهُمُ النَّاسُ إِنَّ النَّاسَ قَدْ جَمَعُوا لَكُمْ فَاخْشَوْهُمْ فَزَادَهُمْ إِيمَانًا وَقَالُوا حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ (١٧٣) فَانقَلَبُوا بِنِعْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ وَفَضْلٍ لَّمْ يَمْسَسْهُمْ سُوءٌ وَاتَّبَعُوا رِضْوَانَ اللَّهِ وَاللَّهُ ذُو فَضْلٍ عَظِيمٍ ﴾ [آل عمران: ١٧٣، ١٧٤].

والإيمان شامل لكل طاعة يحبها الله ورسوله ويقوم في أساسه على ستة أركان هي الواردة في الحديث الذي رواه الإمام مسلم في صحيحه عن عمر بن الخطاب رضي لله عنه قال: بينما نحن عند رسول الله ﷺ ذات يوم، إذ طلع علينا رجل شديد بياض الثياب. شديد سواد الشعر. لا يرى عليه أثر السفر. ولا يعرفه منا أحد. حتى جلس إلى النبي ﷺ. فأسند ركبتيه إلى ركبتيه. ووضع كفيه على فخذيه. وقال: يا محمد أخبرني عن الإسلام. فقال رسول الله ﷺ : «**الإسلام أن تشهد أن لا إله إلاّ الله وأن محمداً رسول الله ﷺ. وتقيم الصلاة، وتؤتي الزكاة، وتصوم رمضان، وتحج البيت، إن استطعت إليه سبيلاً**» قال: صدقت. قال فعجبنا له يسأله ويصدقه. قال: فأخبرني عن الإيمان. قال: «**أن تؤمن بالله، وملائكته، وكتبه، ورسله، واليوم الآخر، وتؤمن بالقدر خيره وشره**» قال: صدقت(٤). وهكذا يكون مقصودنا بالإيمان هنا هو التعريف الخاص بالإيمان وهو الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر والقدر خيره وشره.

ولعلنا نستعرض كل ركن من أركان الإيمان وعلاقته بالصحة النفسية فيما يلي :

(أ) الإيمان بالله :

هو أول الأركان وأهمها ولا يقبل إيمان إنسان إلاّ بإيمانه بالله سبحانه وتعالى بأنه الإله والمستحق الوحيد للعبادة دون سواه، وذلك متضمن في أنواع التوحيد الثلاثة:

أ - توحيد الربوبية : وهو توحيد الله بأفعاله مثل الخلق والرزق والإحياء والإماتة والبعث والنشور وغيرها، وهذا النوع جبلت الفطرة البشرية على التسليم به، قال الله تعالى : ﴿ **وَلَئِن سَأَلْتَهُم مَّنْ خَلَقَهُمْ لَيَقُولُنَّ اللَّهُ فَأَنَّىٰ يُؤْفَكُونَ** ﴾ [**الزخرف** : ٨٧]. ولكن الاقتصار بالإيمان على هذا النوع دون النوعين الآخرين لا ينفع الإنسان، ولذلك كفار قريش كانوا يؤمنون بهذا النوع ولم ينفعهم هذا الإيمان، كما قال الله تعالى عنهم: ﴿ **وَمَا يُؤْمِنُ أَكْثَرُهُم بِاللَّهِ إِلاَّ وَهُم مُّشْرِكُونَ** ﴾ [**يوسف** : ١٠٦] .

ب - توحيد الألوهية : وهو توحيد الله سبحانه وتعالى بأفعال العباد مثل الدعاء والنذر والذبح وغيرها، وهذا النوع هو الذي اختلف فيه الناس على رسلهم فكان منهم طائفة مؤمنة والأخرى كافرة. ويتحقق فيه معنى لا إله إلاّ الله، حيث النفي لجميع أنواع المعبودات، والإثبات هو إفراد الله سبحانه وتعالى وحده بجميع أنواع العبادات على الوجه الذي شرعه كما جاء في كتبه وعلى ألسنة رسله عليهم الصلاة والسلام. ويؤكد الله ذلك في قوله تعالى : ﴿ **وَلَقَدْ بَعَثْنَا فِي كُلِّ أُمَّةٍ رَّسُولاً أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَاجْتَنِبُوا الطَّاغُوتَ فَمِنْهُم مَّنْ هَدَى اللَّهُ وَمِنْهُم مَّنْ حَقَّتْ عَلَيْهِ الضَّلالَةُ فَسِيرُوا فِي الأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكَذِّبِينَ** ﴾ [**النحل** : ٣٦].

ج - توحيد الأسماء والصفات : وهو توحيد اللّه سبحانه وتعالى في أسمائه وصفاته التي وصف بها نفسه أو وصفه بها رسوله ﷺ على الوجه اللائق بكماله وجلاله، بلا تمثيل ولا تشبيه ولا تجسيم ولا تعطيل كما قال اللّه تعالى: ﴿لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ﴾ [الشورى: ١١] .

والمؤمن باللّه حق الإيمان لابد وأن يكون في أعلى مستويات الصحة النفسية لأنه تقرب إلى اللّه بما يحب، فإذا أحبه اللّه قربه منه، وأصبح هذا المؤمن بعد أداء الفرائض يكثر من النوافل لأن اللّه يحبها، وبعد ذلك يرتقي إلى منزلة يكون اللّه سمعه الذي يسمع به وبصره الذي يبصر به ويده التي يعمل بها ورجله التي يمشي بها، ويصبح مستجاب الدعوة، ويكون في حماية اللّه ووقايته فلا يصيبه ما يكره إلاّ الموت فهو سبيل لابد لكل إنسان من أن يدركه، وقد ثبت هذا في الحديث الصحيح الذي رواه الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول اللّه ﷺ: «**إن اللّه قال : من عادى لي وليا فقد آذنته بالحرب وما تقرب إليّ عبدي بشيء أحب إليّ مما افترضت عليه وما يزال عبدي يتقرب إليّ بالنوافل حتى أحبه فإذا أحببته كنت سمعه الذي يسمع به وبصره الذي يبصر به ويده التي يبطش بها ورجله التي يمشي بها وإن سألني لأعطينه ولئن استعاذني لأعيذنه وما ترددت عن شيء أنا فاعله ترددي عن نفس المؤمن يكره الموت وأنا أكره مساءته**»(٥) .

والإنسان إذا أراد أن يستشعر حلاوة الإيمان فعليه بمحبة اللّه سبحانه وتعالى ومحبة رسوله محمد ﷺ، كما ورد في الحديث الصحيح الذي رواه الإمام البخاري في صحيحه عن أنس رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: «**ثلاث من كن فيه وجد حلاوة الإيمان: أن يكون اللّه ورسوله أحب إليه مما سواهما، وأن يحب المرء لا يحبه إلاّ لله، وأن يكره أن يعود في الكفر كما يكره أن يقذف في النار**» (٦) .

ونجد من علماء النفس الغربيين من يؤكد أهمية وجود اللّه لحياة الإنسان، وإن هذا الإنسان يلجأ إلى اللّه في كافة مراحل عمره. يقول ريزوتو (Rizzuto, ١٩٩٦) إنه من خلال دراسته على مجموعة من أفراد المجتمع الأمريكي وجد أن - صفة اللّه - الموجود دائماً هي الأكثر تكراراً وذكراً من قبل أولئك الأفراد .وأنه مهما كانت الحالة أو العمر للشخص من الطفولة حتى لحظة الموت تظل فكرة الإله الموجود - بوعي أو بدون وعي - موجودة عند دعاء اللّه للمهمة الذاتية (٧).

وفي دراسة عرضها كوينج (Koenig, ١٩٩٧) عن نسبة المؤمنين بوجود اللّه أو الإيمان بوجود قوة عظمى في هذا الكون في الولايات المتحدة الأمريكية وذلك عام ١٩٩٤م كانت النسبة ٩٦٪ (٨).

(ب) الإيمان بالملائكة :

من أركان الإيمان المهمة لحياة الإنسان المسلم الإيمان بالملائكة، وقد أكد اللّه سبحان الله إيمان الرسول ﷺ والمؤمنون بالملائكة فقال اللّه تعالى: ﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِن رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّن رُّسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ﴾ [البقرة: ٢٨٥] .

والملائكة تحفظ المؤمن وهو يعيش في هذه الحياة الدنيا حتى من الأخطار التي تؤدي به إلى الموت، إلاّ إذا حان أجله، وكذلك يحفظونه من الجن ومن الحيوانات والهوام المؤذية، وقد أورد هذا كله الإمام القرطبي عند تفسير قول اللّه تعالى: ﴿لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ مِن وَالٍ﴾ [الرعد: ١١]

(ففي تأويل قوله: ﴿ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ﴾ [الرعد: ١١] وجهان: أحدهما - يحفظونه من الموت ما لم يأت أجل؛ قاله الضحاك. الثاني: يحفظونه من الجن والهوام المؤذية ... والصحيح أن المعقبات الملائكة)[٩].

والمؤمن المحافظ على أداء الشعائر التي أمر اللَّه بها يحصل له الحفظ من اللَّه ودعاء الملائكة له بأن يحفظه اللَّه وأن يرحمه، وهذا من فضل اللَّه على المؤمن حيث جعل الملائكة المكرمين تدعو له وتسأله أن يحفظه وأن يجعله ممن دخل في رحمة اللَّه الواسعة. فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول اللَّه ﷺ: «**صلاة الرجل في الجماعة تضعف على صلاته في بيته وفي سوقه خمساً وعشرين ضعفاً، وذلك أنه إذا توضأ فأحسن الوضوء ثم خرج إلى المسجد لا يخرجه إلاّ الصلاة لم يخط خطوة إلاّ رفعت له بها درجة وحط عنه بها خطيئة فإذا صلى لم تزل الملائكة تصلي عليه ما دام في مصلاه: اللهم صلي عليه اللهم ارحمه، ولا يزال أحدكم في صلاة ما انتظر الصلاة**)[١٠].

وقد ثبت في حديث صحيح أن الملائكة تساعد وتوآزر المؤمن على عدوه وتثبته وتكون معه في حال القتال، وهذا مما يبعث الطمأنينة في نفس المؤمن ويجعله أكثر سعادة بالجهاد لأنه يعلم أنه هو المنتصر مهما كان الحال سواء النصر أو الشهادة. فقد وردت قصة أسر العباس بن عبدالمطلب بواسطة أحد الصحابة وجاء به إلى النبي صلى الله عليه وسلم (وذلك قبل إسلام العباس) فذكر العباس للرسول ﷺ أن الذي أسره ليس هذا الصحابي بل رجل له صفات معينة، فقال رسول اللَّه ﷺ للصحابي: «**لقد أعانك عليه ملك من الملائكة**». روى الإمام أحمد في مسنده عن البراء أو غيره قال: جاء رجل من الأنصار بالعباس قد أسره. فقال العباس: يا رسول اللَّه ليس هذا أسرني، أسرني رجل من القوم انزع من هيئته كذا وكذا، فقال رسول اللَّه ﷺ للرجل: «**لقد آزرك اللَّه بملك كريم** »[١١].

وهكذا فالإيمان بالملائكة مجلبة للسعادة والسرور لنفس المؤمن لأنهم لا يعصون اللّه ما أمرهم ويفعلون ما يؤمرون به من اللّه عز وجل، ومن ذلك حفظهم للمؤمنين ومساندتهم لهم في الشدة والحرب، ودعاءهم لهم بالخير والرحمة.

ج - الإيمان بالكتب :

وهو الإيمان بجميع كتب اللّه التي أنزلها على رسله عليهم الصلاة والسلام، وذلك بالتصديق الجازم بأنها جميعاً من عند اللّه وأن اللّه تكلم بها حقيقة، وأن فيها خيراً للناس في الدنيا والآخرة، والدليل قول اللّه تعالى: ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي نَزَّلَ عَلَىٰ رَسُولِهِ وَالْكِتَابِ الَّذِي أَنزَلَ مِن قَبْلُ وَمَن يَكْفُرْ بِاللَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلالاً بَعِيداً ﴾ [النساء: ١٣٦] .

وقد ورد في القرآن الكريم أسماء ستة من كتب اللّه هي: القرآن الكريم، التوراة، الإنجيل، الزبور، صحف إبراهيم، صحف موسى[١٢].

والقرآن الكريم هو آخر الكتب المنزل من اللّه وهو خاتمها كما أن نبينا محمد ﷺ هو خاتم الأنبياء والمرسلين، ولذا جاء القرآن الكريم شاهداً على الكتب السابقة ومصدقاً بصحتها، نافياً عنها التحريف والتبديل والتغيير، حاكماً عليها بالتقرير أو النسخ، فهو مهيمن عليها، قال اللّه تعالى: ﴿ وَأَنزَلْنَا إِلَيْكَ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ مُصَدِّقًا لِّمَا بَيْنَ يَدَيْهِ مِنَ الْكِتَابِ وَمُهَيْمِنًا عَلَيْهِ فَاحْكُم بَيْنَهُم بِمَا أَنزَلَ اللَّهُ وَلا تَتَّبِعْ أَهْوَاءَهُمْ عَمَّا جَاءَكَ مِنَ الْحَقِّ لِكُلٍّ جَعَلْنَا مِنكُمْ شِرْعَةً وَمِنْهَاجًا وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَجَعَلَكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَكِن لِّيَبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ فِيهِ تَخْتَلِفُونَ ﴾ [المائدة: ٤٨] .

والقرآن الكريم مصدر للصحة النفسية للمؤمن يلجأ إليه طلباً للهداية وبحثاً عن الطريق الأقوم في هذه الحياة الدنيا وفي الآخرة، قال اللّه تعالى: ﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا﴾ [الإسراء: ٩] .

كما أن سماع القرآن الكريم والإنصات له يجلب الرحمة من اللّه للمؤمن فتسكن نفسه وتطمئن روحه قال اللّه تعالى: ﴿وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾ [الأعراف: ٢٠٤] .

والقرآن مصدر للشفاء كما أنه مصدر للرحمة، فإذا أصاب المؤمن مرض جسمي أو نفسي فعليه بالقرآن فهو شفاء قال اللّه تعالى: ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلاَّ خَسَارًا﴾ [الإسراء:٨٢].

والقرآن الكريم هو محط الطمأنينة للقلوب المؤمنة لأنه ذكر اللّه والقلوب المؤمنة تطمئن وتسكن وتسعد بذكر اللّه دون سواه، قال اللّه تعالى: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ [الرعد: ٢٨] .

فعلى الراغب في الحصول على الصحة النفسية والفوز في الدنيا والآخرة التمسك والاعتصام بكتاب اللّه وسنة رسوله ﷺ الذي حث على حفظ القرآن الكريم وعلى تلاوته وبين أنه يرفع أصحابه إلى منازل عليا، روى الإمام مسلم في صحيحه عن عمر بن الخطاب رضي الله عنه أن رسول اللّه ﷺ قال: «**إن اللّه يرفع بهذا الكتاب أقواماً ويضع به آخرين**»[١٣] .

وفي حديث آخر يبين رسول اللّه ﷺ أن أهل القرآن مقربون من اللّه حتى سماهم أهل اللّه وخاصته أي المقربين منه سبحانه وتعالى، فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال: قال النبي ﷺ: «**إن لله سبحانه وتعالى أهلين من الناس وإن أهل القرآن أهل اللّه وخاصته**»(١٤).

(د) الإيمان بالرسل :

وهو الإيمان بجميع الرسل الذين أرسلهم اللّه إلى عباده دون تفريق بينهم لأن جحد واحد منهم كفر، قال اللّه تعالى: ﴿ **إِنَّ الَّذِينَ يَكْفُرُونَ بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ وَيُرِيدُونَ أَن يُفَرِّقُوا بَيْنَ اللَّهِ وَرُسُلِهِ وَيَقُولُونَ نُؤْمِنُ بِبَعْضٍ وَنَكْفُرُ بِبَعْضٍ وَيُرِيدُونَ أَن يَتَّخِذُوا بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلاً (١٥٠) أُوْلَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ حَقًّا وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا مُّهِينًا (١٥١) وَالَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ وَلَمْ يُفَرِّقُوا بَيْنَ أَحَدٍ مِّنْهُمْ أُوْلَئِكَ سَوْفَ يُؤْتِيهِمْ أُجُورَهُمْ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَّحِيمًا** ﴾ [النساء: ١٥٠ - ١٥٢] .

يقول سيد قطب حول هذه الآيات: (أما المسلمون فهم الذين يشتمل تصورهم الاعتقادي على الإيمان باللّه ورسله جميعاً؛ بلا تفرقة. فكل الرسل عندهم موضع اعتقاد واحترام؛ وكل الديانات السماوية عندهم حق -ما لم يقع فيها التحريف فلا تكون عندئذ من دين اللّه، وإن بقي فيها جانب لم يحرف، إذ أن الدين وحده - وهم يتصورون الأمر - كما هو في حقيقته: - إلهاً واحداً، ارتضى للناس ديناً واحداً ؛ ووضع لحياتهم منهجاً واحداً، وأرسل رسله إلى الناس بهذا الدين الواحد وهذا المنهج الواحد. وموكب الإيمان -في حسهم- موصول، يقوده نوح وإبراهيم وموسى وعيسى ومحمد وإخوانهم من الرسل -صلوات اللّه وسلامه عليهم جميعاً- ونسبهم هم إلى هذا الموكب الموصول عريق ؛ وهم حملة هذه الأمانة الكبرى،

وهم ورثة هذا الخير الموصول على الطريق المبارك. لا تفرقة ولا عزلة ولا انفصام. وإليهم وحدهم انتهى ميراث الدين الحق. وليس وراء ما عندهم إلاّ الباطل والضلال) [١٥].

ولا شك أن المؤمن بالرسول ﷺ سوف يشعر بالسعادة والطمأنينة لإحساسه بأنه على الحق، وأنه مقتف أثر من يرشده ربه ويعصمه من الزلل والخطأ ؛ ولذا دعا اللّه المؤمنين أن يقتدوا برسوله ﷺ في جميع أمورهم الدينية والدنيوية، قال اللّه تعالى : ﴿ **لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً** ﴾ [**الأحزاب** : ٢١] .

قال القرطبي في تفسير هذه الآية : (قوله تعالى : «أسوة» الأسوة : القدوة. والأسوة : ما يتأسى به ؛ أي يتعزى به. فيقتدي به في جميع أفعاله ويتعزى به في جميع أحواله ؛ فلقد شج وجهه، وكسرت رباعيته، وقتل عمه حمزة، وجاع بطنه، ولم يلف إلاّ صابراً محتسباً، وشاكراً راضياً) [١٦] .

يقول الإمام ابن القيم عن متابعة الرسول ﷺ وما فيها من السعادة ومخالفته وما فيها من الشقاوة : (بحسب متابعة الرسول تكون العزة والكفاية والنصرة، كما أن بحسب متابعته تكون الهداية والفلاح والنجاة، فالله سبحانه علق سعادة الدارين بمتابعته، وجعل شقاوة الدارين في مخالفته، فلأتباعه الهدى والأمن، والفلاح والعزة، والكفاية والنصرة، والولاية والتأييد، وطيب العيش في الدنيا والآخرة، ولمخالفيه الذلة والصغار، والخوف والضلال، والخذلان والشقاء في الدنيا والآخرة)[١٧].

ولا يكفي الإنسان أن يؤمن بالرسول محمد ﷺ بل عليه إذا أراد أن يجد حلاوة الإيمان أن يحبه محبة تفوق محبة جميع الخلق بمن فيهم نفسه، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أنس رضي الله عنه عن

النبي ﷺ قال: «**ثلاث من كن فيه وجد حلاوة الإيمان: أن يكون الله ورسوله أحب إليه مما سواهما، وأن يحب المرء لا يحبه إلاّ لله، وأن يكره أن يعود في الكفر كما يكره أن يقذف في النار**»(١٨).

(هـ) الإيمان باليوم الآخر :

وهو الركن الخامس من أركان الإيمان الواجب على المسلم الإيمان بها ويشمل كل ما يحدث للإنسان من حين موته ثم نعيم القبر وعذابه، وأمارات الساعة التي أخبر عنها النبي ﷺ، وبالنفخ في الصور، والبعث من القبور، وتفاصيل يوم الحساب وأهواله والحساب والصراط والجنة ونعيمها والنار وعذابها وغير ذلك مما ورد في كتاب الله وصحيح سنة رسول الله ﷺ.

وقد ربط الله سبحانه وتعالى عدم الخوف وعدم الحزن لمن آمن به وباليوم الآخر وذلك في خطابه لأشهر أمم الكتب وهم المؤمنون والنصارى واليهود، فقال الله تعالى: ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالصَّابِئُونَ وَالنَّصَارَىٰ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [المائدة:٦٩].

وقد جاء وصف لبعض أهوال يوم القيامة في عدد من سور القرآن الكريم ومنهن سورة التكوير، وسورة القيامة، وسورة الواقعة، وسورة الحاقة، وسورة عبس .

وقد تكفل الله سبحانه وتعالى بالرد على منكري اليوم الآخر والبعث في العديد من آيات القرآن الكريم، ومنها قول الله تعالى : ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلاً ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنكُم مَّن يُتَوَفَّىٰ وَمِنكُم مَّن يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا وَتَرَى الأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنْبَتَتْ مِن

كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ ۝٥ ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ هُوَ الْحَقُّ وَأَنَّهُ يُحْيِي الْمَوْتَىٰ وَأَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ۝٦ وَأَنَّ السَّاعَةَ آتِيَةٌ لَّا رَيْبَ فِيهَا وَأَنَّ اللَّهَ يَبْعَثُ مَن فِي الْقُبُورِ﴾ [الحج: ٥ – ٧].

وللترغيب بالعمل الصالح وردت أوصاف الجنة وذكر لبعض نعيمها، وحقيقة ما فيها أكثر بكثير مما ذكر، ففيها ما لا عين رأت ولا أذن سمعت ولا خطر على قلب بشر، وفي المقابل للترهيب من العمل السيئ وردت أوصاف النار وذكر لبعض عذابها، ومن ذلك قول اللَّه تعالى: ﴿فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُم مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ۝١٧ أَفَمَن كَانَ مُؤْمِنًا كَمَن كَانَ فَاسِقًا لَّا يَسْتَوُونَ ۝١٨ أَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ جَنَّاتُ الْمَأْوَىٰ نُزُلًا بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ۝١٩ وَأَمَّا الَّذِينَ فَسَقُوا فَمَأْوَاهُمُ النَّارُ كُلَّمَا أَرَادُوا أَن يَخْرُجُوا مِنْهَا أُعِيدُوا فِيهَا وَقِيلَ لَهُمْ ذُوقُوا عَذَابَ النَّارِ الَّذِي كُنتُم بِهِ تُكَذِّبُونَ﴾ [السجدة: ١٧– ٢٠] .

فالمؤمن باليوم الآخر وما فيها سوف يصبر على ما يلاقيه في هذه الحياة الدنيا من المشاق والصعاب لأنه يرى أن هذه الحياة زائلة والباقية هي الدار الآخرة، فيكون هذا الإيمان من عوامل الوقاية من الوقوع في شرك كثير من الأمراض النفسية كالاكتئاب وغيره مما يصيب الإنسان نتيجة مصائب الحياة الدنيا من ذهاب المال أو الولد أو الزوجة أو غيرها من متاع الحياة الدنيا .

كما أن اليوم الآخر يعين الفقير على الصبر والاحتساب على وضعه وعدم التسخط لأنه يرى أن الصابر مصيره إلى الجنة، وكذلك الغني يخرج زكاة ماله حتى ينجو من عذاب النار ويكون ذلك عملاً صالحًا له يساعده في دخول الجنة .

و - الإيمان بالقدر خيره وشره :

وهو الركن السادس من أركان الإيمان، وقد سبق إيراد حديث عمر بن الخطاب رضي الله عنه الذي رواه الإمام مسلم في صحيحه - في بداية الكلام عن الإيمان - عندما سأل جبريل عليه السلام رسول اللّه ﷺ عن الإيمان. فقال له: أن تؤمن باللّه، وملائكته، وكتبه، ورسله، واليوم الآخر، وتؤمن بالقدر خيره وشره. قال: صدقت. وقد قال اللّه تعالى: ﴿ وخلق كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَّرَهُ تَقْدِيراً ﴾ [**الفرقان**: ٢] وقال اللّه جلا وعلا : ﴿ وكَانَ أَمْرُ اللَّه قدرا مَّقْدُوراً ﴾ [**الأحزاب**: ٣٨]. وقال اللّه تعالى: ﴿ إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ ﴾ [**القمر**: ٤٩].

وقد بيّن الإمام ابن أبي العز الحنفي في شرحه للعقيدة الطحاوية الأصول الخمسة التي يجب أن يتضمنها الإيمان بالقدر فقال:

(والقدر، الذي هو التقدير المطابق للعلم : يتضمن أصولاً عظيمة :

أحدها: أنه عالم بالأمور المقدرة قبل كونها، فيثبت علمه القديم، وفي ذلك الرد على من ينكر علمه القديم. الثاني: أن التقدير يتضمن مقادير المخلوقات، ومقاديرها هي صفاتها المعينة المختصة بها، فإن اللّه قد جعل لكل شيء قدراً، قال تعالى: ﴿ وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَّرَهُ تَقْدِيراً ﴾ [**الفرقان**: ٢]. فالخلق يتضمن التقدير، تقدير الشيء في نفسه، بأن يجعل له قدراً، وتقديره قبل وجوده. فإذا كان قد كتب لكل مخلوق قدره الذي يخصه في كميته وكيفيته، كان ذلك أبلغ في العلم بالأمور الجزئية المعينة، خلافاً لمن أنكر ذلك وقال : إنه يعلم الكليات دون الجزئيات ! فالقدر يتضمن العلم القديم والعلم بالجزئيات. الثالث : أنه يتضمن أنه أخبر بذلك وأظهره قبل وجود المخلوقات إخباراً مفصلا، فيقضي أنه يمكن أن يعلم العباد الأمور

قبل وجودها علماً مفصلاً، فيدل ذلك بطريق التنبيه على أن الخالق أولى بهذا العلم، فإنه إذا كان يعلم عباده بذلك فكيف لا يعلمه هو ؟! الرابع: أنه يتضمن أنه مختار لما يفعله، محدث له بمشيئته وإرادته، ليس لازماً لذاته. الخامس: أنه يدل على حدوث هذا المقدور، وأنه كان بعد أن لم يكن، فإنه يقدره ثم يخلقه[١٩].

والإيمان بالقدر من عوامل الوقاية للمؤمن من أن تهزه المصائب في الحياة الدنيا لأنه يعلم أن ذلك مكتوب له قبل ولادته، فلا يحزن على ما فاته في الماضي ولا يفرح حتى الطغيان على الرزق الذي جاءه من اللّه. قال اللّه تعالى: ﴿مَا أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِي الأَرْضِ وَلا فِي أَنفُسِكُمْ إِلاَّ فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لِكَيْلا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾ [الحديد: ٢٢، ٢٣]

يقول سيد قطب حول هذه الآيات الكريمة :

(إن هذا الوجود من الدقة والتقدير بحيث لا يقع فيه حادث إلاّ وهو مقدر من قبل في تصميمه، محسوب حسابه في كيانه .. لا مكان فيه للمصادفة. ولا شيء فيه جزاف. وقبل خلق الأرض وقبل خلق الأنفس كان في علم اللّه الكامل الشامل الدقيق كل حدث سيظهر للخلائق في وقته المقدور ... فاتساع أفق النظر، والتعامل مع الوجود الكبير، وتصور الأزل والأبد، ونظرية الأحداث في مواضعها المقدرة في علم اللّه، الثابتة في تصميم هذا الكون .. كل أولئك يجعل النفس أفسح وأكبر وأكثر ثباتاً ورزانة في مواجهة الأحداث العابرة. حين تتكشف للوجود الإنساني وهي مارة به في حركة الوجود الكوني .

إن الإنسان يجزع ويستطار وتستخفه الأحداث حين ينفصل بذاته عن هذا الوجود. ويتعامل مع الأحداث كأنها شيء عارض يصادم وجوده الصغير. فأما حين يستقر في تصوره وشعوره أنه هو والأحداث التي تمر به، وتمر بغيره، والأرض كلها .. ذرات في جسم كبير هو هذا الوجود .. وأن هذه الذرات كائنة في موضعها في التصميم الكامل الدقيق. لازم بعضها لبعض. وأن ذلك كله مقدر مرسوم معلوم في علم اللّه المكنون .. حين يستقر هذا في تصوره وشعوره، فإنه يحس بالراحة والطمأنينة لمواقع القدر كلها على السواء. فلا يأس على فائت أسى يضعضعه ويزلزله، ولا يفرح بحاصل فرحاً يستخفه ويذهله. ولكن يمضي مع قدر اللّه في طواعية وفي رضى. رضى العارف المدرك أن ما هو كائن هو الذي ينبغي أن يكون !

وهذه درجة قد لا يستطيعها إلاّ القليلون. فأما سائر المؤمنين فالمطلوب منهم ألاّ يخرجهم الألم للضراء، ولا الفرح بالسراء عن دائرة التوجه إلى اللّه، وذكره بهذه وتلك، والاعتدال في الفرح والحزن. قال عكرمة: «ليس أحد إلاّ وهو يفرح ويحزن، ولكن اجعلوا الفرح شكراً والحزن صبراً» .. وهذا هو اعتدال الإسلام الميسر للأسوياء) [٢٠] .

ولقد أكد كثير من العلماء الغربيين الأثر الإيجابي للإيمان بالقدر على صحة الإنسان النفسية، ومن ذلك ما نقله ديل كارنيجي عن بودلي (Bodly) حيث قضى سبع سنوات مع مسلمين عرب في إحدى دول المغرب العربي وكتب يقول : (تعلمت من عرب الصحراء كيف أتغلب على القلق، فهم بوصفهم مسلمين يؤمنون بالقضاء والقدر، وقد ساعدهم هذا الإيمان على العيش في أمان، وأخذ الحياة مأخذاً سهلاً هيناً. فهم لا يتعجلون أمراً، ولا يلقون بأنفسهم بين براثن الهم قلقاً على أمر. إنهم يؤمنون بأن (ما قدر يكون) وأن الفرد منهم «لن يصيبه إلاّ ما كتب اللّه له ». وليس معنى هذا أنهم يتواكلون أو يقفون في وجه الكارثة مكتوفي الأيدي، كلا ؟

ودعني أضرب لك مثلاً لما أعنيه : هبت ذات يوم عاصفة عاتية حملت رمال الصحراء وعبرت بها البحر الأبيض المتوسط، ورمت بها وادي (الرون) في فرنسا. وكانت العاصفة حارة شديدة الحرارة، حتى أحسست كأن شعر رأسي يتزعزع من منابته لفرط وطأة الحر وأحسست من فرط القيظ كأنني مدفوع إلى الجنون ولكن العرب لم يشكوا إطلاقاً فقد هزوا أكتافهم، وقالوا كلمتهم المأثورة (قضاء مكتوب).

لكنهم ما أن مرت العاصفة، حتى اندفعوا إلى العمل بنشاط كبير فذبحوا صغار الخراف قبل أن يودي القيظ بحياتها، ثم ساقوا الماشية إلى الجنوب نحو الماء، فعلوا هذا كله في صمت وهدوء دون أن تبدو من أحدهم شكوى، قال رئيس القبيلة الشيخ: (لم نفقد الشيء الكثير، فقد كنا خليقين بأن نفقد كل شيء، ولكن حمداً لله وشكراً، فإن لدينا نحو أربعين في المائة من ماشيتنا، وفي استطاعتنا أن نبدأ بها عملنا من جديد)... وخلاصة القول أنني بعد انقضاء سبعة عشر عاماً على مغادرتي الصحراء، مازلت أتخذ موقف العرب حيال قضاء اللّه، فأقابل الحوادث التي لا حيلة لي فيها بالهدوء والامتثال، والسكينة، ولقد أفلحت هذه الطباع التي اكتسبتها من العرب في تهدئة أعصابي أكثر مما تفلح آلاف المسكنات والعقاقير) [٢١] .

فالإيمان بالقدر زاد المؤمن في هذه الحياة الدنيا، تطبيقاً لقول اللّه تعالى: ﴿ قُل لَّن يُصِيبَنَا إِلاَّ مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴾ [التوبة : ٥١]

كما أنه لا يكره ما يقع له بعد وقوعه بل يرضى به ويسلم لأنه لا يعلم فيما الخير ويعلم كذلك أن الذي قدر عليه ذلك هو اللّه سبحانه وتعالى، فلا يبالغ في محبة شيء دنيوي قد يكون فيه مضرة له، يقول اللّه تعالى:

﴿ وعسى أن تحبوا شيئًا وهو شر لكم والله يعلم وأنتم لا تعلمون ﴾ [البقرة : ٢١٦].
كما أن المؤمن يصبر على المصائب ويتذكر اللّه حين وقوعها فيسترجع فيكون ذلك خيراً له، قال اللّه تعالى : ﴿ ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات وبشر الصابرين (١٥٥) الذين إذا أصابتهم مصيبة قالوا إنا لله وإنا إليه راجعون ﴾ [البقرة : ١٥٥، ١٥٦] .

وقد أكد ذلك رسول اللّه ﷺ في الحديث الذي رواه الإمام مسلم في صحيحه عن صهيب قال: قال رسول اللّه ﷺ : «**عجباً لأمر المؤمن. إن أمره كله خير. وليس ذاك لأحد إلاّ للمؤمن. إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء صبر. فكان خيراً له**»[٢٢] .

هذه هي أركان الإيمان الستة، وقد وضح لنا أثرها على الصحة النفسية للفرد. ولكن نريد أن نؤكد أن الإيمان لا يقتصر على هذه الأركان بل إذا ذكر لوحده توسع مجاله ليشمل الأعمال الصالحة وهي كثيرة ومما يدل عن ذلك الاتساع ذكر النبي ﷺ لأعلى شعبة في الإيمان وأدنى شعبة فيه، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم «**الإيمان بضع وسبعون، أو بضع وستون شعبة، فأفضلها قول لا إله إلاّ اللّه. وأدناها إماطة الأذى عن الطريق. والحياة شعبة من الإيمان**» [٢٣] .

ولقد أكد العديد من علماء النفس الغربيين أهمية الإيمان في الصحة النفسية للإنسان، ومنهم على سبيل المثال، عالم النفس كارل يونج الذي قال: (الدين هو طريق النجاة ومحتوياته نتاج المعرفة السابقة للوعي، والتي هي دائماً وفي كل مكان تظهر نفسها على شكل رموز، وحتى عندما لا يستطيع منطقنا تفهمها تظل هذه الرموز تعمل لأن اللاوعي لدينا يعرفها على أنها دلائل الحقائق العقلية العالمية. ولهذا السبب الإيمان يكون في ذاته كافياً إذا كان موجوداً لدينا) [٢٤] .

ويؤكد ذلك ديفيد وولف (Wulff) عندما قال: (الإيمان ديني بالمعنى الواسع للكلمة. وهو يوفر الأمن الداخلي للفرد، ويجعل الحياة قابلة للاحتمال، إن لم نقل كذلك أنها تصبح ذات معنى وقيمة. وبدون الإيمان سوف نتعرض لبؤس دائم واضطرابات نفسية متضاعفة)[٢٥] .

٢ - الأعمال:

الأعمال عامل مهم في صحة الفرد النفسية، وقد ورد وصف ملازم للأعمال في الإسلام وهو الصالحة، فالناظر في آيات القرآن الكريم يلاحظ تكرار ذلك، بل إن الأعمال الصالحة تربط بالإيمان ربطاً يدل على تلازمهما، وأنه لا إيمان مقبول إذا لم يصحبه أعمال صالحة تدل على صدق الإيمان ورسوخه في القلب .

فقد وردت كلمة العمل الصالح بهذا الاقتران ٢٠ مرة. وفي صيغة (عملوا الصالحات) ٥٣ مرة. وأما اقتران الإيمان بالعمل الصالح فقد ورد بصيغة (آمن وعمل صالحاً) ٧ مرات، وبصيغة (آمنوا وعملوا الصالحات) ٤٨ مرة في آيات القرآن الكريم .

والأعمال هي ما يصدر من الإنسان من سلوك في هذه الحياة الدنيا.

وفي الإسلام يمكن أن تستخدم للأعمال لفظ العبادات، لأن المسلم إذا عمل أي عمل من أعمال العبادة أو غير العبادة وكان في نيته مخلص لله وسائر على هدى رسوله محمد ﷺ، فهو مأجور عليه. وقد جمع رسول اللّه صلى الله عليه وسلم بين ثلاثة أعمال أحدها واجب على الكفاية (الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر) والثاني نفل (التسبيح والتهليل والتكبير والتحميد) والثالث عمل مباح (جماع الزوجة) ورتب لكل واحد من هذه الأعمال أجراً، وقد استغرب بعض الصحابة العمل الثالث كيف يكون لهم

فيه أجر وهو من الأمور الدنيوية التي يقضي بها الإنسان شهوته، فسألوا الرسول ﷺ عن ذلك، فكان جوابه بإيراد المقابل وهو الحرام (الزنى) المخالف لأمر اللّه ووقوع الأثم فيه، فكذلك الحلال ونية إعفاف الرجل نفسه وأهله يكون له بهذه النية أجر. فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي ذر رضي الله عنه أن ناساً من أصحاب النبي ﷺ قالوا للنبي ﷺ: يا رسول اللّه! ذهب أهل الدثور بالأجور. يصلون كما نصلي. ويصومون كما نصوم. ويتصدقون بفضول أموالهم. قال: «**أوليس قد جعل اللّه لكم ما تصدقون؟ إن بكل تسبيحة صدقة. وكل تكبيرة صدقة. وكل تحميدة صدقة. وكل تهليلة صدقة. وأمر بالمعروف صدقة. ونهى عن منكر صدقة. وفي بضع أحدكم صدقة** » قالوا: يا رسول اللّه: أيأتي أحدنا شهوته ويكون له فيها أجر؟ قال: «**أرأيتم لو وضعها في حرام أكان عليه فيها وزر؟ فكذلك إذا وضعها في الحلال كان له أجر**»[٢٦].

وقد جاء الإسلام بالدعوة إلى العمل، والذي سوف يرى من اللّه والناس في هذه الحياة الدنيا ثم يحاسب عليه يوم القيامة إن خيراً فخير وإن شراً فشر، قال اللّه تعالى: ﴿وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ﴾ [التوبة:١٠٥] .

يقول سيد قطب حول هذه الآية: (إن الإسلام منهج حياة واقعية، لا تكفي فيه المشاعر والنوايا، ما لم تتحول إلى حركة واقعية. وللنية الطيبة مكانها؛ ولكنها هي بذاتها ليست مناط الحكم والجزاء. إنما هي تحسب مع العمل، فتحدد قيمة العمل. وهذا معنى الحديث: «**إنما الأعمال بالنيات .. الأعمال .. لا مجرد النيات**»[٢٧] .

ومن أهم الأعمال أثراً في الصحة النفسية العبادات وأهم هذه العبادات ما ورد منها في أركان الإسلام وهي الصلاة والزكاة والصوم والحج. وسنقف قليلاً مع كل واحد من هذه الأركان فيما يلي :

(أ) الصلاة :

هي أهم أركان الإسلام بعد الشهادتين، ولا ينظر لعمل الإنسان يوم القيامة إذا لم يكن من أهل الصلاة .

وقد أمر اللَّه سبحانه وتعالى رسوله محمد ﷺ بعد إعلان الإيمان للمؤمن أن يبادر إلى إقامة الصلاة على الوجه المطلوب من كمال الطهارة وخشوع في الصلاة وظهور لآثارها على السلوك. قال اللَّه تعالى: ﴿ قُل لِّعِبَادِيَ الَّذِينَ آمَنُوا يُقِيمُوا الصَّلاةَ وَيُنفِقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلانِيَةً مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَ يَوْمٌ لاَّ بَيْعٌ فِيهِ وَلا خِلالٌ ﴾ [إبراهيم: ٣١] .

كما أمر اللَّه سبحانه بأداء الصلاة في أوقات محددة لا يجوز إخراجها عنها بدون عذر، ومن تلك الأوقات ما ورد في قوله تعالى: ﴿ أَقِمِ الصَّلاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَىٰ غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا ﴾ [الإسراء: ٧٨] .

ولعظم أمر الصلاة لم يكن للمسلمين مجال لتأخيرها حتى في أشد الظروف صعوبة وهو حالة القتال، فشرع اللَّه صلاة الخوف، وبيّن بعد وصفها ضرورة المحافظة على الصلاة في وقتها، لما في ذلك من المصالح الدينية والدنيوية، قال اللَّه تعالى: ﴿ وَإِذَا كُنتَ فِيهِمْ فَأَقَمْتَ لَهُمُ الصَّلاةَ فَلْتَقُمْ طَائِفَةٌ مِّنْهُم مَّعَكَ وَلْيَأْخُذُوا أَسْلِحَتَهُمْ فَإِذَا سَجَدُوا فَلْيَكُونُوا مِن وَرَائِكُمْ وَلْتَأْتِ طَائِفَةٌ أُخْرَىٰ لَمْ يُصَلُّوا فَلْيُصَلُّوا مَعَكَ وَلْيَأْخُذُوا حِذْرَهُمْ وَأَسْلِحَتَهُمْ وَدَّ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْ تَغْفُلُونَ عَنْ أَسْلِحَتِكُمْ وَأَمْتِعَتِكُمْ فَيَمِيلُونَ عَلَيْكُم مَّيْلَةً وَاحِدَةً وَلا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِن كَانَ

بِكُمْ أَذًى مِّن مَّطَرٍ أَوْ كُنتُم مَّرْضَىٰ أَن تَضَعُوا أَسْلِحَتَكُمْ وَخُذُوا حِذْرَكُمْ إِنَّ اللَّهَ أَعَدَّ لِلْكَافِرِينَ عَذَابًا مُّهِينًا ﴿١٠٢﴾ فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَاذْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا﴾ [النساء: ١٠٢، ١٠٣].

والصلاة لابد لها من طهارة تسبقها، وهكذا شرع الوضوء وفيه طهارة للجسم والنفس، كما أن فيه طهارة من الذنوب التي اكتسبتها الجوارح، مما يحدث ارتياحاً نفسيا لدى المسلم بعد الوضوء. فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه، أن رسول اللّه ﷺ قال: «**إذا توضأ العبد المسلم (أو المؤمن) فغسل وجهه، خرج من وجهه كل خطيئة نظر إليها بعينيه مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) فإذا غسل يديه خرج من يديه كل خطيئة كان بطشتها يداه مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) فإذا غسل رجليه خرجت كل خطيئة مشتها رجلاه مع الماء (أو مع آخر قطر الماء) حتى يخرج نقيا من الذنوب**» [٢٨] .

وقد وضع الله أوقات الصلاة موزعة على ساعات اليوم حسب نشاط الإنسان. فيبدأ يومه بالصلاة (الفجر) ثم يذهب إلى عمله وبعد منتصف النهار يدخل وقت الصلاة (الظهر) ليجدد المؤمن علاقته واتصاله بربه ويستريح من عناء العمل، ثم يعود للعمل في زمن يقارب نصف الزمن السابق فتحين بعده وقت الصلاة (العصر) فيعود المؤمن للصلة بربه وتستريح نفسه وتسترخي أعصابه وعضلاته، ثم يعود للنشاط في وقت قريب من الوقت السابق حتى غياب الشمس فتحين وقت الصلاة (المغرب) فيعود المؤمن للصلة مع ربه، ثم يعود للحياة ونشاطها، وتحين بعد ذلك وقت الصلاة (العشاء) وهي التي تسبق نومه وإخلاده للراحة. وهكذا يبدأ يوم المؤمن ويختم بالصلاة.

وقد كانت الصلاة هي الملجأ والراحة لرسول اللّه ﷺ فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن رجل من أسلم أن النبي ﷺ قال: «**يا بلال أرحنا بالصلاة**» (٢٩).

وفي حديث آخر يرويه الإمام أبو داود في سننه عن حذيفة رضي الله عنه قال: كان النبي ﷺ إذا حزبه أمر صلى (٣٠).

كما بيَّن رسول اللّه ﷺ أن الصلوات الخمس يمحو اللّه بهن الخطايا عن المؤمن، وهذا بلا شك يرغب المؤمن بالصلاة وتكون سبيلاً للارتياح النفسي والسعادة القلبية، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه أنه سمع رسول اللّه ﷺ يقول: «**أرأيتم لو أن نهراً بباب أحدكم يغتسل فيه كل يوم خمساً ما تقول ذلك، يبقى من درنه**»، قالوا: لا يبقى من درنه شيئاً، قال: «**فذلك مثل الصلوات الخمس يمحو اللّه بهن الخطايا**»(٣١).

واهتم بعض الباحثين الغربيين بالصلاة واعتبروا لها أثراً إيجابيا على صحة الفرد النفسية، مع ملاحظة الاختلاف بين مفهوم الصلاة عندهم القائم على الأدعية، ومفهومها في الإسلام القائم على كونها صلة بين العبد وربه تؤدى بأفعال وأقوال خاصة في اليوم والليلة خمس مرات على الأقل، وسنورد عبارات لثلاثة منهم فيما يلي:

العالم الفرنسي ألكسيس كاريل يذكر أهمية الصلاة وأنها صلة للإنسان بربه وتسمو فيها النفس عن عالم المحسوسات، حيث يقول: (فالصلاة، كما يجب أن تفهم، ليست مجرد ترديد آلي للطقوس، ولكنها ارتفاع لا يدركه العقل، إنها استغراق الشعور في تأمل مبدأ يخترق عالمنا ويسمو عليه. ومثل هذه الحالة السيكولوجية ليست عقلية. إن الفلاسفة والعلماء لا يفهمونها، كما أنها صعبة المنال عليهم. ولكن يبدو أن الشخص المتجرد من حب متاع الدنيا يشعر باللّه بمثل السهولة التي يشعر فيها بحرارة الشمس) (٣٢).

كما أن ديل كارنيجي يذكر بعض فوائد الصلاة التي تعود على الإنسان الذي يحافظ عليها فيقول: «لا يقعد بك عن الصلاة والضراعة، والابتهال، أنك لست متديناً بطبعك، أو بحكم نشأتك، وثق بأن الصلاة سوف تسدي إليك عوناً أكبر مما تقدر، لأنها شيء «عملي» فعَّال تسألني ماذا أعني بقولي أنها شئ عملي فعال؟ أعني بذلك أن الصلاة يسعها أن تحقق لك أموراً ثلاثة لا يستغني عنها إنسان سواء كان مؤمناً أو ملحداً .

١ - فالصلاة تعينك على التعبير بأمانة عما يشغل نفسك، ويثقل عليها. وقد بيَّنا فيما سلف أن من المحال مواجهة مشكلة ما دامت غامضة غير واضحة المعالم، والصلاة أشبه بالكتابة التي يعبر بها الأديب عن همومه. فإذا كنا نريد حلا لمشكلاتنا، وجب أن نجريها على ألسنتنا واضحة المعالم، وهذا ما نفعله حين نبث شكوانا إلى اللَّه.

٢ - والصلاة تشعرك بأنك لست منفرداً بحمل مشكلاتك وهمومك، فما أقل من أن يسعهم احتمال أثقل الأحمال، وأعسر المشكلات، منفردين، وكثيراً ما تكون مشكلاتنا ماسة أشد المساس بذواتنا: فنأبى أن نذكرها لأقرب الناس إلينا، ولكننا يسعنا أن نذكرها للخالق في الصلاة. والأطباء النفسيون يجمعون على أن علاج التوتر العصبي والتأزم الروحي يتوقف إلى حد كبير على الإفضاء بمبعث التوتر، ومنشأ الأزمة إلى صديق قريب، أو ولي حميم. فإذا لم نجد من نفضي إليه بهمومنا كفانا باللَّه وليا.

٣ - والصلاة - بعد هذا - تحفزنا إلى العمل، والإقدام. بل الصلاة هي الخطوة الأولى نحو العمل، وأشك في أن يوالي أمرؤ الصلاة يوماً بعد يوم دون أن يلمس فائدة أو جدوى، أو بمعنى آخر، دون أن يتخذ خطوات مثمرة نحو تحسين حاله، وتفريج أزمته) [٣٣] .

وقد أكد عالم النفس سيريل بيرت الأثر الإيجابي للصلاة عندما قال: الصلاة كلمة يستعملها الكتاب الدينيون في معنى اصطلاحي واسع، فهي لا تعني مجرد دعاء لفظي، ولا مجرد تعبير عن الحمد والثناء، فتلك ليست إلاّ أمثلة محدودة من الحالة العقلية العامة التي تفسرها كلمة الصلاة. أما الخاصة الحقيقية فهي إحساس بهيج من الإشراق الروحي والثمرة الرئيسة للصلاة، كما يؤكد المتعبدون أنفسهم، ليست في أن الدعوة الخاصة قد حققت بمعجزة، ولكن في أن المصلى نفسه يحس عزاء وقوة بعد تجربته، فالصلاة – ولو لم تنتج أثراً ماديا – قد تحدث تغييراً روحيًا [٣٤] .

(ب) الزكاة :

هي الركن الثالث من أركان الإسلام. وهي مقدار محدد يجب في مال الغنى (إذا بلغ نصاباً وحال عليه الحول) ويدفع في مصارفه الثمانية التي ورد ذكرها في سورة التوبة (الآيات : ٥٨ – ٦٠) .

وهي طهارة للمال وزكاة للنفس، كما قال عنها شيخ الإسلام ابن تيمية (هذه اللفظة في الشريعة تدل على الطهارة ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا﴾ [الشمس: ٩] ﴿قَدْ أَفْلَحَ مَن تَزَكَّىٰ﴾ [الأعلى: ١٤] نفس المتصدق تزكو، وماله يزكو، يطهر ويزيد في المعنى)[٣٥] .

وقد أكد اللّه سبحانه وتعالى أن الزكاة تطهر النفس وتزكيها، ويغفر بها الذنب، ويخلف للمتصدق بخير، قال اللّه تعالى: ﴿خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلاتَكَ سَكَنٌ لَّهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ [التوبة: ١٠٣].

قال القرطبي في تفسير هذه الآية (« صدقة » مأخوذة من الصدق، إذ هي دليل على صحة إيمانه وصدق باطنه مع ظاهره، وأنه ليس من المنافقين الذين يلمزون المطوعين من المؤمنين في الصدقات. ﴿ تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم بِهَا ﴾ [التوبة: ١٠٣] حالين للمخاطب؛ التقدير: خذها مطهراً لهم ومزكياً لهم بها. ويجوز أن يجعلهما صفتين للصدقة، أي صدقة مطهرة لهم مزكية)[٣٦].

وقد بيّن القرضاوي آثار الزكاة في حياة المعطي والآخذ، وكذلك آثارها في حياة المجتمع، ومما أورده في ذلك ما يلي:

- الزكاة تطهير من الشح.
- الزكاة تدريب على الإنفاق والبذل.
- الزكاة تجعل الفرد متخلقاً بأخلاق اللّه.
- الزكاة شكر لنعمة اللّه.
- الزكاة علاج للقلب من حب الدنيا.
- الزكاة منمية لشخصية الغني.
- الزكاة مجلبة للمحبة.
- الزكاة تطهير للمال.
- الزكاة نماء للمال.
- الزكاة تحرير لآخذها من ذل الحاجة.
- الزكاة تطهير من الحسد والبغضاء[٣٧].

والزكاة يدخل فيها ما هو فرض (الزكاة) وما هو تطوع (الصدقة). وقد بيّن اللَّه سبحانه وتعالى الأثر الحميد لدفع الزكاة والصدقة على النفس وعلى تيسير أمور الإنسان في هذه الحياة الدنيا وكذلك في الآخرة، وكذلك الصورة المقابلة للإنسان الذي لم يدفع الزكاة ومصيره العسير في الدنيا والآخرة، قال اللَّه تعالى: ﴿ فَأَمَّا مَنْ أَعْطَىٰ وَاتَّقَىٰ ﴿٥﴾ وَصَدَّقَ بِالْحُسْنَىٰ ﴿٦﴾ فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْيُسْرَىٰ ﴿٧﴾ وَأَمَّا مَنْ بَخِلَ وَاسْتَغْنَىٰ ﴿٨﴾ وَكَذَّبَ بِالْحُسْنَىٰ ﴿٩﴾ فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْعُسْرَىٰ ﴾ [الليل: ٥ - ١٠] .

يقول سيد قطب حول هذه الآيات: (والذي يعطي ويتقي ويتصدق بالحسنى يكون قد بذل أقصى ما في وسعه ليزكي نفسه ويهديها. عندئذ يستحق عون اللَّه وتوفيقه الذي أوجبه - سبحانه - على نفسه بإرادته ومشيئته. والذي بدونه لا يكون شيء، ولا يقدر الإنسان على شيء .

ومن يسره اللَّه لليسرى فقد وصل .. وصل في يسر وفي رفق وفي هوادة .. وصل وهو بعد في هذه الأرض. وعاش في يسر. يفيض اليسر من نفسه على كل ما حوله وعلى كل من حوله. اليسر في خطوه. واليسر في طريقه. واليسر في تناوله للأمور كلها. والتوفيق الهادئ المطمئن في كلياتها وجزئياتها .

... والذي يبخل بنفسه وما له، ويستغني عن ربه وهداه، ويكذب بدعوته ودينه .. يبلغ أقصى ما يبلغه إنسان بنفسه من تعريضها للفساد. ويستحق أن يعسر اللَّه عليه كل شيء، فييسره للعسرى، ويوفقه إلى كل وعورة ويحرمه كل تيسير ويجعل في كل خطوة من خطاه مشقة وحرجاً، ينحرف عن طريق الرشاد. ويصعد في طريق الشقاوة) [٣٨] .

وورد عن رسول اللَّه ﷺ أحاديث كثيرة تبين فضل الصدقة والخير المترتب على أداءها، ومن ذلك أن المتصدق يدعو له الملك بالخلف وأما الممسك للمال والذي لا يتصدق فيدعو عليك الملك بتلف ماله، فقد روى

الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال: «**ما من يوم يصبح العباد فيه إلاّ ملكان ينزلان فيقول أحدهما : اللهم أعط منفقاً خلفاً. ويقول الآخر : اللهم أعط ممسكاً تلفاً**». كما بيَّن رسول اللَّه ﷺ حال المنفق وحال البخيل، فعن أبي هريرة رضي الله عنه أنه سمع رسول اللَّه ﷺ يقول: «**مثل البخيل والمنفق كمثل رجلين عليهما جبتان من حديد من ثديهما إلى تراقيهما فأما المنفق فلا ينفق إلاّ سبغت أو وفرت على جلده حتى تخفي بنانه وتعفو أثره، وأما البخيل فلا يريد أن ينفق شيئاً إلاّ لزقت كل حلقة مكانها فهو يوسعها ولا تتسع**» [٣٩] .

ولقد كان رسول اللَّه ﷺ يدعو للمتصدق بالبركة وبصلاة اللَّه عليه، كما روى الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللَّه بن أبي أوفى قال: كان النبي إذا أتاه قوم بصدقتهم قال: «**اللهم صلى على آل فلان**»، فأتاه أبي بصدقته. فقال: «**اللهم صلي على آل أبي أوفى**» [٤٠] .

(ج) الصيام :

هو الركن الرابع من أركان الإسلام. وقد كتب اللَّه الصيام على أمة محمد ﷺ كما كتبه على الأمم السابقة، وقد شرع اللَّه الصيام لأجل التقوى، ففيه امتثال حقيقي لأمر اللَّه وفيه تحقيق لمعنى الصبر، قال اللَّه تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: ١٨٣] .

يقول سيد قطب حول هذه الآية: (وهكذا تبرز الغاية الكبرى من الصوم.. إنها التقوى .. فالتقوى هي التي تستيقظ في القلوب وهي تؤدي هذه الفريضة، طاعة لله، وإيثاراً لرضاه، والتقوى هي التي تحرس هذه القلوب من إفساد الصوم بالمعصية، ولو تلك التي تهجس في البال،

والمخاطبون بهذا القرآن يعلمون مقام التقوى عند الله، ووزنها في ميزانه. فهي غاية تتطلع إليها أرواحهم. وهذا الصوم أداة من أدواتها، وطريق موصل إليها، ومن ثم يرفعها السياق أمام عيونهم هدفاً وضيئاً يتجهون إليه عن طريق الصيام .. ﴿لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾ [البقرة: ١٨٣] [٤١] .

يذكر نجيب الكيلاني بعض فوائد الصيام فيقول: (من الواضح أن الصوم مدرسة أخلاقية إلى جانب فوائده الصحية المختلفة، لكن الانضباط النفسي والأخلاقي هو الدرس الأول والمهم في هذه المدرسة المقدسة.

... هناك دور مهم يؤديه الصوم بالنسبة للكيان النفسي في الإنسان.

... ولا شك أن الصائم يعيش في ظل مبادئ وأجواء روحية مريحة، مشبعة بالثقة والإيمان، والتزام الصائم بالامتناع عن الطعام والشراب وشهوات الجسد، يقوي فيه الإرادة، ويجعله صلباً قويا في مجابهة مشاكل الحياة وصعابها، ومن ثم تمتلئ نفسه باليقين والرضى، وتدريجيا تذهب عن نفسه الوساوس، وتزايله الأوهام، وتنمحي المخاوف والهواجس، ويجد دائماً الله إلى جواره فيركن إليه، ويزداد تشبثاً به، وعندما يستطيع الصائم أن يصل إلى هذه الدرجة، بعبادته وصلاته وقراءته للقرآن، يكون قد وصل إلى بر الأمان) [٤٢] .

وقد تكفل الله بجزاء الصوم للعبد المؤمن، وهو للمؤمن وقاية، كما أنه داع له لترك الصخب والشتم والمشاجرة. إضافة إلى الفرحة التي تنتظر الصائم عندما يلقى ربه فيكون فرحاً بالأجر العظيم الذي حصل عليه من صيامه. فقد روى الإمام النسائي في سننه عن أبي هريرة رضى الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «**كل عمل ابن آدم له، إلاّ الصيام هو لي، وأنا أجزي به، والصيام جنة، إذا كان يوم صيام أحدكم، فلا يرفث، ولا يصخب، فإن شاتمه أحد أو قاتله فليقل: إني صائم. والذي نفس**

محمد بيده، لخلوف فم الصائم، أطيب عند الله يوم القيامة، من ريح المسك، للصائم فرحتان يفرحهما، إذا أفطر فرح بفطره، وإذا لقى ربه عز وجل فرح بصومه)[٤٣] .

(د) الحج :

الركن الخامس من أركان الإسلام. وقد فرضه اللّه سبحانه وتعالى مرة واحدة في العمر، فقد قال اللّه تعالى: ﴿ **وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلاً وَمَن كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ** ﴾ [**آل عمران** : ٩٧].

والحج يتطلب من الحاج روحاً عالية ونفسًا صافية تبتعد عن الرفث والفسوق والجدال، وتحرص على كل أنواع الخير، وتتوجه إلى اللّه بهذا العمل حتى ترتقي في سلم التقوى وتقرب من مرضاته. قال اللّه تعالى: ﴿ **الْحَجُّ أَشْهُرٌ مَّعْلُومَاتٌ فَمَن فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلا رَفَثَ وَلا فُسُوقَ وَلا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفْعَلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمْهُ اللَّهُ وَتَزَوَّدُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَىٰ** ﴾ [**البقرة** : ١٩٧].

فعبادة الحج والعمرة فرصة يتخلى فيها الإنسان عن مظاهر وزخارف الحياة الدنيا، فالجميع بلباس واحد وعلى صعيد واحد فيكون التواضع والمودة والرحمة بين المسلمين بعضهم لبعض .

وقد بيَّن رسول اللّه ﷺ أن الحج المبرور يكفر اللّه به جميع الذنوب التي سبق للعبد أن وقع فيها، وهذا يجعل المؤمن بعد الحج طيب النفس سعيداً مقبلاً على الحياة بتفاؤل وإيجابية يشعر بالسعادة لكونه عمل عملاً تُغْفَر به الذنوب السابقة. فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: سمعت النبي ﷺ يقول: «**من حج لله فلم يرفث ولم يفسق رجع كيوم ولدته أمه**»[٤٤] .

هذه أركان الإسلام التي تعتبر أهم الأعمال المؤثرة في صحة الفرد النفسية، ويدخل في الأعمال سائر الأعمال الأخرى الواردة في الشريعة الإسلامية مثل الجهاد في سبيل اللّه والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر (الحسبة) وغيرها. كما يدخل فيها أعمال مهمة مثل المهنة والهواية، ولهما أثر في صحة الفرد النفسية تتعرض لهما في ما يلي:

(هـ) المهنـة :

ويقصد بها ما يمارسه الفرد في حياته اليومية. ويقابلها البطالة التي تؤثر سلباً على صحة الفرد النفسية.

وقد حث اللّه سبحانه وتعالى على الاكتساب والسعي في الأرض والأكل من رزقه الحلال، فقال اللّه سبحانه وتعالى: ﴿ **هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الأَرْضَ ذَلُولاً فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ** ﴾ [**الملك** : ١٥] . قال ابن كثير في تفسير هذه الآية: (أي: فسافروا حيث شئتم من أقطارها، وترددوا في أقاليمها وأرجائها في أنواع المكاسب والتجارات، واعلموا أن سعيكم لا يجدي عليكم شيئاً، إلاّ أن ييسره اللّه لكم. ولهذا قال: ﴿ **وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ** ﴾ [**الملك** : ١٥]، فالسعي في السبب لا ينافي التوكل، كما قال الإمام أحمد)[٤٥].

وقد ذكر اللّه سبحانه وتعالى الدعوة إلى الاكتساب بعد الانتهاء من أداء العبادة فقال اللّه تعالى: ﴿ **فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلاةُ فَانتَشِرُوا فِي الأَرْضِ وَابْتَغُوا مِن فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيراً لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ** ﴾ [**الجمعة** : ١٠] . يقول سيد قطب حول هذه الآية: (هذا هو التوازن الذي يتسم به المنهج الإسلامي. التوازن بين مقتضيات الحياة في الأرض، من عمل وكد ونشاط وكسب. وبين عزلة الروح فترة عن هذا الجو وانقطاع القلب وتجرده للذكر) [٤٦].

والعمل مهم لكل إنسان لأن فيه تحقيق للذات وإثبات للقدرات واستخدام للمهارات التي وهبه اللّه إياها. ولقد حث رسول اللّه ﷺ على العمل في أحاديث كثيرة منها ما رواه الإمام أحمد في مسنده عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: «**خير الكسب كسب يد العامل إذا نصح**»[٤٧].

ولقد وصف راوية أحاديث رسول اللّه ﷺ الصحابي الجليل أبو هريرة (حال الصحابة) من المهاجرين والأنصار في انشغالهم بالعمل والتجارة، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: (إن أخواننا من المهاجرين كان يشغلهم الصفق بالأسواق، وإن أخواننا من الأنصار كان يشغلهم العمل في أموالهم) [٤٨] .

ولقد بلغ من حرص رسول اللّه ﷺ على مراعاة العاملين لكي ينصرفوا إلى أعمالهم وعدم إطالة الصلاة بهم، إذ عاتب الصحابي الجليل معاذ بن جبل عندما أطال في الصلاة فخرج أحد المصلين من الصلاة معه وصلى وحده، فلما رفع الأمر إلى رسول اللّه ﷺ عاتب معاذاً وأمره بالتخفيف في الصلاة بالناس. فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن جابر بن عبداللّه رضي الله عنه، أن معاذاً بن جبل رضي الله عنه كان يصلي مع النبي ﷺ ثم يأتي قومه فيصلي بهم الصلاة، فقرأ بهم البقرة، قال فتجوز رجل فصلى صلاة خفيفة. فبلغ ذلك معاذاً، فقال إنه منافق، فبلغ ذلك الرجل. فأتى النبي ﷺ فقال: يارسول اللّه إنا قوم نعمل بأيدينا ونسقى بنواضحنا، وإن معاذاً صلى بنا البارحة فقرأ البقرة، فتجوزت، فيزعم أني منافق، فقال النبي ﷺ : «**يا معاذ أفتان أنت ثلاثاً، اقرأ والشمس وضحاها وسبح اسم ربك الأعلى ونحوهما**» [٤٩] .

وكما حث الإسلام على العمل فقد حذر من البطالة والتسول الذي يعكس صورة البطالة غير المنتجة، ولذا فقد حث رسول اللّه ﷺ على العمل بأي صورة شريفة كانت مثل الاحتطاب، ولا يلجأ الإنسان إلى سؤال الناس، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه ﷺ : «**لأن يحتطب أحدكم حزمة على ظهره خير من أن يسأل أحداً فيعطيه أو يمنعه**» (٥٠) .

(و) الهوايات :

للهواية المفيدة دور إيجابي على صحة الفرد النفسية بحيث يشغل وقت فراغه بما تهواه نفسه من أنشطة جسمية وعقلية وترفيهية نافعة .

فممارسة نشاط جسمي مثل المشي أو لعبة رياضية جماعية (كرة القدم أو السلة أو الطائرة) أو فردية (التنس، البلياردو، الجودو، المصارعة)، كلها مفيدة للجسم ومفيدة للصحة النفسية حيث تصرف فيها الطاقة ويتخلص الفرد من خلالها من ضغوط العمل والحياة.

وقد جاء توجيه الرسول الكريم ﷺ للأمة المسلمة بعدم التشدد في الدين وإعطاء النفس حقها من الراحة والاستجمام المباح، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه، عن النبي ﷺ قال: «**إن الدين يسر ولن يشاد هذا الدين أحد إلاّ غلبه فسددوا وقاربوا وأبشروا واستعينوا بالغدوة والروحة وشيء من الدلجة** » (٥١) .

وعندما شكى أحد الصحابة إلى رسول اللّه ﷺ أن الاشتغال في الأمور المباحة ينسي الإنسان العبادة والذكر، بيّن له رسول اللّه ﷺ أن الإنسان لا يمكن أن يستمر طوال الوقت على أعمال الطاعة، ولكن عليه المراوحة بين الطاعات والمباحات حتى لا تمل النفس .

فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن حنظلة الأسدي قال: لقيني أبو بكر فقال: كيف أنت يا حنظلة ؟! قال : قلت: نافق حنظلة. قال: سبحان اللّه! ما تقول ؟ قال: قلت: نكون عند رسول اللّه ﷺ يذكرنا بالنار والجنة، حتى كأنا رأي عين. فإذا خرجنا من عند رسول اللّه ﷺ، عافسنا الأزواج والأولاد والضيعات، فنسينا كثيراً. قال أبو بكر: فو اللّه! إنا لنلقى مثل هذا. فانطلقت أنا وأبو بكر، حتى دخلنا على رسول اللّه ﷺ. قلت: نافق حنظلة. يا رسول اللّه ! فقال رسول اللّه ﷺ: «**وما ذاك ؟** » قلت: يا رسول اللّه ! نكون عندك، تذكرنا بالنار والجنة، حتى كأنا رأى عين. فإذا خرجنا من عندك، عافسنا الأزواج والأولاد والضيعات. نسينا كثيراً. فقال رسول اللّه ﷺ : «**والذي نفسي بيده إن لو تدومون على ما تكونون عندي، وفي الذكر، لصافحتكم الملائكة على فرشكم وفي طرقكم. ولكن يا حنظلة ساعة وساعة**» ثلاث مرات [٥٢] .

٣ - الأخلاق :

هي العامل الثالث من العوامل الذاتية للصحة النفسية. فالمسلم حسن الخلق هو المتمتع بالصحة النفسية، ولذلك لخص رسول اللّه ﷺ رسالته بإتمام مكارم الأخلاق للمسلمين، فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه ﷺ : «**إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق** » [٥٣] .

وقد كان رسول اللّه ﷺ في أعلى مستويات الصحة النفسية التي يمكن أن يبلغها البشر، وقد قال اللّه عنه: ﴿ **وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ** ﴾ [**القلم** : ٤] ولذا علينا أن نقتدي بأخلاقه إذا أردنا بلوغ مستويات عليا من الصحة النفسية. وقد أمرنا اللّه سبحانه وتعالى بالاقتداء بمحمد ﷺ، فقال اللّه تعالى: ﴿ **لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيراً** ﴾ [**الأحزاب** : ٢١] .

ولذا على المسلم أن يسعى لتحسين أخلاقه ليكون من أهل الصحة النفسية، كما عليه أن يدعو اللّه بأن يحسن أخلاقه كما حسن خلقه، اقتداء بالنبي ﷺ الذي كان يدعو اللّه كما حسن خَلقَه أن يحسن خُلقه. فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن ابن مسعود رضي الله عنه: أن رسول اللّه ﷺ كان يقول: «**اللهم أحسنت خَلقي فأحسن خُلُقي**» (٥٤) .

كما أكد رسول اللّه ﷺ للصحابة أن خيارهم هم الذين يكونون حسني الأخلاق، فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن عبداللّه بن عمر رضي اللّه عنهما قال: لم يكن رسول اللّه ﷺ فاحشاً ولا متفحشاً وإنه كان يقول: «**خياركم أحاسنكم أخلاقاً**» (٥٥) .

كما أوصى رسول اللّه صلى الله عليه وسلم سلمان الفارسي أن يسأل اللّه في الليل والنهار إيمانًا في حسن خلق. وهذا مما يجعل هذا الصحابي يشعر بالصحة النفسية والسعادة عندما نفذ هذا التوجيه النبوي الكريم. فقد روى الإمام أحمد في مسند عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول اللّه ﷺ أوصى سلمان الخير قال: إن نبي اللّه عليه السلام يريد أن يمنحك كلمات تسألهن الرحمن ترغب إليه فيهن وتدعو بهن بالليل والنهار. قال: «**اللهم إني أسألك صحة إيمان، وإيماناً في خلق حسن، و نجاحاً يتبعه فلاح**»(٥٦).

ولكي يتمتع المسلم بالصحة النفسية فعليه التحلي بكل خلق دعا إليه اللّه سبحانه وتعالى أو دعا إليه رسوله محمد ﷺ وأهم هذه الأخلاق ما يلي:

(أ) الإخلاص :

وهو أهم الأخلاق للفرد حتى يتمتع بالصحة النفسية. بل إن كل الأعمال والسلوكيات إذا لم تكن خالصة لله فإنها تبطل ولا يقبلها اللّه ولا يوفقها للخير. لذا نجد اللّه سبحانه وتعالى يبين هذا في كتابه فيقول: ﴿ وَمَا أُمِرُوا إِلاَّ لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ ﴾ [البينة : ٥] .

وقد بيّن ذلك رسول اللّه ﷺ للرجل الذي جاء يسأله عن الرجل يقاتل حتى يذكره الناس بالشجاعة، فكان جوابه ﷺ بأن ذلك لا يقبل، ولا بد من الإخلاص لله في العمل. فقد روى الإمام النسائي في سننه عن أبي أمامة الباهلي رضي الله عنه قال: جاء رجل إلى النبي ﷺ فقال: أرأيت رجلاً غزا يلتمس الأجر والذكر ؟ ما له ؟ فقال رسول اللّه ﷺ: «**لا شيء له**» فأعادها ثلاث مرات، يقول له رسول اللّه ﷺ: «**لا شيء له**»، ثم قال: «**إن اللّه لا يقبل من العمل، إلاّ ما كان له خالصاً وابتغي به وجهه**» (٥٧).

(ب) الأمانة :

وهو خلق مهمٌّ للتمتع بالصحة النفسية. ويعني الحفظ التام للجوارح عما يدنسها من الأقوال والأفعال، وحفظ الأسرار والأموال والودائع، امتثالاً لأمر اللّه واتباعاً لسنة رسول اللّه ﷺ قال اللّه تعالى: ﴿ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَن تُؤَدُّوا الأَمَانَاتِ إِلَىٰ أَهْلِهَا ﴾ [النساء : ٥٨]. وقال اللّه سبحانه وتعالى: ﴿ وَالَّذِينَ هُمْ لأَمَانَاتِهِمْ وَعَهْدِهِمْ رَاعُونَ ﴾ [المؤمنون : ٨]. والآية الأخيرة في سياق ذكر أهم صفات المؤمنين الصادقين، فوردت الأمانة هنا على أنها من أهم تلك الصفات .

وقد ربط رسول اللّه ﷺ بين قرب قيام الساعة وتضييع الأمانة مما يدل على أهميتها وأن ذهابها دليل على ضعف الإيمان واختلال لصحة الفرد النفسية، ومن صورها أن يسند المنصب لغير الإنسان الأمين لأجل القرابة أو الكسب الدنيوي. فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي هريرة قال: قال رسول اللّه ﷺ: «**إذا ضيعت الأمانة فانتظر الساعة**» قال: كيف إضاعتها يا رسول اللّه؟ قال: «**إذا أسند الأمر إلى غير أهله فانتظر الساعة**» (٥٨).

(ج) الصدق :

وهو خلق مهمٌّ للفرد المسلم المتمتع بالصحة النفسية، فيكون صادقاً مع نفسه فيقربها مما ينفعها ويبعدها عما يضرها، ويكون صادقاً مع ربه بإخلاص العمل له بالطاعات واجتناب المنهيات، ويكون صادقاً مع رسول اللّه ﷺ باتباع هديه وسنته وطريقه في كل شأن من شؤون حياته. ويكون صادقاً مع الناس في القول والفعل مع القريب والبعيد.

والقرآن الكريم يجعل من صفات المتقين الصدق، فيكون الجزاء هو مغفرة الذنوب ودخول الجنة لهؤلاء الصادقين في إيمانهم وأقوالهم وأعمالهم، قال اللّه تعالى: ﴿ **وَالَّذِي جَاءَ بِالصِّدْقِ وَصَدَّقَ بِهِ أُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴿٣٣﴾ لَهُم مَّا يَشَاءُونَ عِندَ رَبِّهِمْ ذَلِكَ جَزَاءُ الْمُحْسِنِينَ ﴿٣٤﴾ لِيُكَفِّرَ اللَّهُ عَنْهُمْ أَسْوَأَ الَّذِي عَمِلُوا وَيَجْزِيَهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ الَّذِي كَانُوا يَعْمَلُونَ** ﴾ [الزمر: ٣٣ - ٣٥].

وفي كثير من أحاديث رسول اللّه ﷺ دعوة إلى الصدق والتزامه وتحذير من الكذب وعواقبه. فيروي عنه حفيده الحسن بن علي رضي اللّه عنهما أن الصدق طمأنينة نفسية للمؤمن على العكس من الكذب الذي هو شك وتردد وريبة. فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن أبي الحوراء قال:

قلت للحسن بن علي: ما تذكر من رسول الله ﷺ؟ قال: أذكر من رسول اللّه أني أخذت تمرة من تمر الصدقة، فجعلتها في في، قال: فنزعها رسول اللّه ﷺ بلعابها فجعلها في التمر، فقيل: يا رسول اللّه، ما كان عليك من هذه التمرة لهذا الصبي؟ قال: «**وإنا آل محمد لا تحل لنا الصدقة**» قال: وكان يقول: «**دع ما يريبك إلى ما لا يريبك، فإن الصدق طمأنينة، وإن الكذب ريبة**»[٥٩] .

كما أن رسول اللّه ﷺ يدعو الأمة إلى التزام الصدق ويبين مآله الحسن المؤدي لدخول الجنة، ويحذر من الكذب ويبين مآله إلى النار. فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن عبداللّه قال: قال رسول اللّه ﷺ: «**عليكم بالصدق. فإن الصدق يهدي إلى البر، وإن البر يهدي إلى الجنة. وما يزال الرجل يصدق ويتحرى الصدق حتى يكتب عند اللّه صديقاً. وإياكم والكذب. فإن الكذب يهدي إلى الفجور. وإن الفجور يهدي إلى النار. وما يزال الرجل يكذب ويتحرى الكذب حتى يكتب عند اللّه كذاباً**»[٦٠] .

(د) الصبر:

وهو خلق مهمٌّ للمسلم المتمتع بالصحة النفسية، وقد أمر اللّه سبحانه وتعالى عباده المؤمنين بالاستعانة بالصبر في كل الأمور، السعيد منها وغير السعيد، قال اللّه تعالى: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ** ﴾ [البقرة: ١٥٣] . كما أن في هذه الآية إثبات معية اللّه للصابرين، وهذا المعنى مهمٌّ لطمأنينة النفس وسكونها لعلمها بعظم قدرة اللّه وإن كل شيء تحت مشيئته، وهو الذي إذا أراد شيئاً أن يقول له: كن، فيكون .

وقد حث رسول الله ﷺ أمته على الصبر ورغبهم فيه وبين أنه ضياء لصاحبه يضيء له طريقه في الحياة الدنيا، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي مالك الأشعري رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ: «**الطهور شطر الإيمان، والحمد لله تملأ الميزان، وسبحان الله والحمد لله تملآن (أو تملأ) ما بين السماوات والأرض، والصلاة نور، والصدقة برهان، والصبر ضياء، والقرآن حجة لك أو عليك، كل الناس يغدو فبايع نفسه. فمعتقها أو موبقها** ». قال الإمام النووي في معنى الصبر ضياء: فمعناه الصبر المحبوب في الشرع، وهو الصبر على طاعة الله والصبر عن معصيته، والصبر أيضاً على النائبات وأنواع المكاره في الدنيا. والمراد أن الصبر محمود، ولا يزال صاحبه مستضيئاً مهتدياً مستمرا على الصواب [٦١] .

وفي حديث آخر يبيّن رسول الله ﷺ أن من علامات محبة الله للعبد التزامه بالصبر في هذه الحياة الدنيا، وهذا على عكس الذي لا يصبر بل يجزع من كل ما يصيبه، فلا يكون ممن يحبهم الله سبحانه وتعالى. فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن محمود بن لبيد أن رسول الله ﷺ قال: «**إن الله سبحانه وتعالى إذا أحب قوماً ابتلاهم، فمن صبر فله الصبر، ومن جزع فله الجزع**» [٦٢].

وقد وصف محمد الغزالي أهمية الصبر قائلاً: (الصبر فضيلة يحتاج إليها المسلم في دينه ودنياه. ولا بد أن يبني عليها أعماله وآماله وإلاّ كان هازلاً .. يجب أن يوطن نفسه على احتمال المكاره دون ضجر، وانتظار النتائج مهما بعدت، ومواجهة الأعباء مهما ثقلت، بقلب لم تعلق به ريبة، وعقل لا تطيش به كربة، يجب أن يظل موفور الثقة بادي الثبات، لا يرتاع لغيمة تظهر في الأفق ولو تبعتها أخرى وأخرى، بل يبقى موقناً بأن بوادر الصفو لابد آتية، وأن من الحكمة ارتقابها في سكون ويقين) [٦٣] .

(هـ) القـوة :

القوة خلق المسلم المستقيم، فهو قوي في إيمانه قوي في جسمه قوي في سلوكه ومواجهته للانحراف والباطل. وقد أمر اللّه سبحانه وتعالى عباده المؤمنين بالاستعداد بكل أنواع القوة الجسمية والنفسية والعسكرية عند مقابلة الأعداء فقال اللّه تعالى: ﴿ وَأَعِدُّوا لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ وَمِن رِّبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِن دُونِهِمْ لا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنفِقُوا مِن شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنتُمْ لا تُظْلَمُونَ ﴾ [الأنفال: ٦٠] وفي قصة موسى عليه السلام مع ابنتي شعيب دلالة على أهمية القوة في شخصية الرجل المسلم حيث ذكر اللّه تعالى على لسان إحدى الابنتين ذلك في قول اللّه تعالى: ﴿ قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الأَمِينُ ﴾ [القصص: ٢٦] .

وقد كان رسول اللّه ﷺ حريصاً على ظهور المسلمين بمظهر القوة إمام أعدائهم، وقد فسر الصحابي عبداللّه بن عباس رضي اللّه عنهما الرمل أثناء الطواف بسبب أن رسول اللّه ﷺ لما دخل للعمرة بأصحابه قال المشركون: يأتيكم قوم يطوفون بالبيت قد أعيتهم حمي يثرب. فلما سمع ذلك رسول اللّه ﷺ أمر أصحابه بالإسراع في الطواف حتى يظهروا بمظهر الأقوياء أمام المشركين - وكان ذلك قبل فتح مكة - فقد روى الإمام أحمد في *مسنده* عن أبي الطفيل قال : قلت لابن عباس: إن قومك يزعمون أن رسول اللّه ﷺ قد رمل بالبيت وأنها سنة ؟ قال: صدقوا وكذبوا ! قلت: كيف صدقوا وكذبوا ؟! قال: قد رمل رسول اللّه ﷺ بالبيت، وليس بسنة، قد رمل رسول اللّه ﷺ وأصحابه، والمشركون على جبل قعيقعان، فبلغه أنهم يتحدثون أن بهم هزلاً، فأمر بهم أن يرملوا، ليريهم أن بهم قوة(٦٤) .

كما أن أم المؤمنين عائشة رضي اللّه عنها قد وصفت رسول اللّه ﷺ وأصحابه بأنهم أهل القوة وذلك في حجة الوداع، ففي حديث رواه الإمام البخاري في صحيحه عن عائشة قالت - في جزء من الحديث: فأما رسول اللّه صلى الله عليه وسلم ورجال من أصحابه فكانوا أهل قوة [٦٥]. بل إن رسول اللّه صرح بأفضلية المؤمن القوي على المؤمن الضعيف، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**المؤمن القوي خير وأحب إلى اللّه من المؤمن الضعيف، وفي كل خير**» [٦٦].

(و) التواضع:

وهو خلق المسلم المتمتع بالصحة النفسية، وقد كان رسول اللّه ﷺ في أعلى مستويات الصحة النفسية، وقد وصفه اللّه ﷺ بأنه متواضع لأصحابه، فقال اللّه تعالى: ﴿**فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ**﴾ [**آل عمران**: ١٥٩]

كما وصف اللّه سبحانه وتعالى المؤمنين الصادقين بصفة التواضع والذلة للمؤمنين وبصفة القوة والعزة على الكافرين فقال اللّه تعالى: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَن يَرْتَدَّ مِنكُمْ عَن دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٍ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٍ عَلَى الْكَافِرِينَ يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لائِمٍ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ**﴾ [**المائدة**: ٥٤].

وقد وصف عبداللّه بن عباس رضي الله عنه رسول اللّه ﷺ بعدد من الصفات ومنها التواضع، فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن ابن عباس رضي اللّه عنهما أن رسول اللّه ﷺ خرج متخشعاً متضرعاً متواضعاً مبتذلاً مترسلاً فصلى في الناس ركعتين كما يصلي في العيد[٦٧].

وقد قرر رسول اللّه ﷺ أن المسلم المتواضع لله يرفعه اللّه في الدنيا والآخرة، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه، عن رسول اللّه ﷺ قال: «**ما نقصت صدقة من مال، وما زاد اللّه عبداً بعفو إلاّ عزا، وما تواضع أحد لله إلاّ رفعه اللّه**»(٦٨).

وقد بيَّن رسول اللّه ﷺ في حديث آخر أن اللّه سبحانه وتعالى أمره بأن يطلب من العباد أن يتواضعوا، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن عياض بن حمار المجاشعي رضي الله عنه قال: قال رسول اللّه ﷺ: «**وإن اللّه أوحى إلي أن تواضعوا حتى لا يفخر أحد على أحد، ولا يبغى أحد على أحد**»(٦٩).

(ز) الحلم والصفح :

وهو خلق المسلم المتمتع بالصحة النفسية، حيث تكون نفسه حليمة مع تصرفات الآخرين، عافية عن حقها الذي اعتدى عليه من قبل الآخرين وذلك ابتغاء وجه اللّه والدار الآخرة .

وقد كان العفو من صفات المتقين التي ذكرها اللّه في القرآن الكريم، قال اللّه تعالى: ﴿**وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ ﴿١٣٣﴾ الَّذِينَ يُنفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ**﴾ [**آل عمران**: ١٣٣، ١٣٤]

وقد دعا اللّه المؤمنين إلى التزام خلق العفو والصفح، كما حدث لأبي بكر الصديق رضي الله عنه عندما قطع العطاء الذي كان يدفعه لأحد أقاربه لأنه شارك في نشر حادثة الإفك عن ابنته أم المؤمنين عائشة رضي اللّه عنها، فلما نزلت هذه الآية عفا أبو بكر رضي الله عنه وأعاد العطاء، قال اللّه تعالى: ﴿**وَلا يَأْتَلِ أُوْلُوا الْفَضْلِ مِنكُمْ وَالسَّعَةِ أَن يُؤْتُوا أُوْلِي الْقُرْبَىٰ وَالْمَسَاكِينَ وَالْمُهَاجِرِينَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا أَلا تُحِبُّونَ أَن يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ**﴾ [النور: ٢٢] .

وقد كان من أخلاق الأنبياء الحلم والصفح، وقد وصف اللّه سبحانه وتعالى نبيه إبراهيم وابنه إسماعيل بالحلم فقال اللّه تعالى عنه: ﴿إِنَّ إِبْرَاهِيمَ لَحَلِيمٌ أَوَّاهٌ مُّنِيبٌ﴾ [هود: ٧٥]. وقال اللّه عن إسماعيل: ﴿فَبَشَّرْنَاهُ بِغُلامٍ حَلِيمٍ﴾ [الصافات: ١٠١].

ولقد أعلن رسول اللّه صلى الله عليه وسلم أن اللّه ورسوله يحبان الحلم وعدم العجلة عندما رأى ذلك الخلق في أحد الصحابة، فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قال: قال نبي اللّه ﷺ لأشج عبد القيس: «**إن فيك لخصلتين يحبهما اللّه، الحلم والأناة**»[٧٠].

هذه أهم الأخلاق، وإن كان هناك غيرها كثير مثل الوفاء والحياء والإخاء والكرم والرحمة والعزة والبشاشة وطلب العلم وبذل الخدمة والعفاف وبقية الأخلاق الحسنة التي ليس هذا مجال تفصيلها، وقد تناولها العلماء المسلمون مثل أبو حامد الغزالي من القدماء ومن المتأخرين محمد الغزالي. والمقصود ذكر أهم الأخلاق لصحة المسلم النفسية.

٤ - العلاقات:

وهي العامل الرابع من العوامل الذاتية للصحة النفسية، ويقصد بها شبكة العلاقات التي يقيمها الفرد مع من حوله. ويمكن أن نقسمها إلى ثلاثة أنواع:

(أ) مع اللّه:

وذلك بأن تكون علاقته مع اللّه علاقة إيجابية وذلك بطاعة كافة أوامره واجتناب كافة مناهيه، والاستسلام لله بالعبودية الحقة القائمة على نصوص الكتاب والسنة. وهنا تكون هذ العلاقة ركيزة أساسية في صحة

الفرد النفسية في هذه الحياة الدنيا، فيسير وفق ما أراد اللّه فيكون التوفيق والسداد حليفه .

(ب) مع النفس :

وذلك بأن يتعامل مع نفسه بطريقة إيجابية تجعلها خاضعة لأوامر اللّه ومنتهية عن نواهيه. ويحفظ للنفس حقها فيعطي الجسم ما يحتاجه من الغذاء والراحة والمحافظة عليه من كل ما يضره. ويروح عن النفس بالترويح المباح حتى لا تمل وليكمل مسيرة الحياة بجد ونشاط. ويحرص على التوازن والوسطية في تلبية احتياج الجسم والنفس ويبتعد عن الإفراط والتفريط المنهي عنهما . فتستقيم نفسه ويظفر بأعلى مستوى يمكن أن يصل إليه في صحته النفسية .

(ج) مع الآخرين :

وهؤلاء دوائر متعددة منهم السابقون (رسول اللّه ﷺ وصحابته وسلف الأمة الصالح) ومنهم المعايشون له من الأسرة والأقارب والجيران والأصدقاء وعامة المسلمين وكذلك غير المسلمين، وبقية خلق اللّه .

فيكون تعامله مع السابقين بحسن الاتباع واتخاذهم أسوة حسنة يحاول السير على مناهجهم ما استطاع إلى ذلك سبيلا .

أما المعاصرون فيحرص على الاستفادة من الصالح منهم ويسعى إلى منفعة ونصح من خرج عن الطريق المستقيم وذلك بالحكمة والموعظة والمجادلة بالتي هي أحسن .

كذلك بقية المخلوقات من حيوان ونبات وغيرها يتعامل معها على أنها خلق لله يستفيد منها على الوجه المناسب الذي لا ضرر ولا ضرار فيه، فتكون استفادته ليس فيها مضرة تؤثر على وجود تلك المخلوقات في مكانها الطبيعي وبأعداد تناسب دورها في الحياة الدنيوية .

ونؤكد هنا أن التفاعل عامل ذاتي يعتمد على المبادرة الإيجابية التي يجب أن تظهر في سلوك المسلم حتى يمكن أن نقول عنه إنه من أهل الصحة النفسية.

ثانياً - العوامل البيئية :

وهي مجموعة العوامل المحيطة بالفرد منذ قدومه إلى هذه الحياة الدنيا وحتى رحيله عنها بالموت. وأثرها في صحة الفرد النفسية لا يمكن إنكاره. وسنتناول هذه العوامل وفق ما يلي :

١ - الأسرة :

وهي المحضن الأول الذي يعيش فيه الإنسان عندما يقدم إلى هذه الحياة الدنيا. ويقوم الأب والأم بالدور الأكبر في التأثير على شخصية المولود، فإن كانا صالحين مستقيمين على مستوى جيد من الصحة النفسية انعكس ذلك على صحة الطفل النفسية، وقس على ذلك بقية أفراد الأسرة، وخصوصاً القريبين منهم مثل الأخوة والأخوات ومن يعيش من الأقارب في نفس سكن الطفل أو يكون تواصله معه مستمراً .

وللأسف فقد دخل إلى بناء الأسرة من ليس منها مثل الخدم والسائقين والمربين، والذين كان غالب آثارهم سلبية على شخصيات الأطفال والناشئين كما دلت على ذلك العديد من الدراسات الاجتماعية التي أجريت في عالمنا العربي [٧١] .

ومن أهم ما توفره الأسرة للطفل الحب والعطف والتقبل والمساندة النفسية والاجتماعية، وغير ذلك من الأدوار المهمة للصحة النفسية. وقد أظهرت العديد من الدراسات العربية والأجنبية الأثر المهم للأسرة على صحة الفرد النفسية [٧٢] .

٢ - الجيران :

وهم أفراد الحي الذي يعيش فيه الفرد، ولهم أثر إيجابي على صحة الفرد النفسية إذا كانت العلاقات قوية بين الجيران حيث يقومون بأدوار عديدة من المساندة الاجتماعية للفرد في خضم هذه الحياة الدنيا، ويمكن أن يعينوا على تحقيق بعض الأهداف التي يسعى إليها الفرد، كما أنهم يقومون بدور المساندة عند حلول الصعاب والمصائب التي قد يتعرض لها الفرد في حياته فيخففون من وقعها ويعينون على تقليل آثارها السلبية التي يمكن أن تلحق بالفرد .

وقد أمر اللّه سبحانه وتعالى بالاهتمام بالجار لما له من أثر على سلوك الإنسان، وقد ورد ذلك في سياق آية ذكر فيها أمور عظيمة من العبودية لله وبر الوالدين والإحسان للفقراء والمساكين واليتامى، قال اللّه تعالى: ﴿ وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالاً فَخُوراً ﴾ [النساء: ٣٦] .

وقد ورد عن رسول اللّه ﷺ أحاديث عديدة تبين أهمية الجار ولزوم الاستفادة منه بالإعانة على الخير ومساندة الجيران بعضهم لبعض فقد روى الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه عن رسول اللّه ﷺ قال : « **من كان يؤمن باللّه واليوم الآخر فليقل خيراً أو ليصمت. ومن كان يؤمن باللّه واليوم الآخر فليكرم جاره. ومن كان يؤمن باللّه واليوم الآخر فليكرم ضيفه** »[٧٣] .

بل إن رسول اللّه ﷺ جعل الخيرية بين الجيران هو للذي يكون فيه نفع وخير لجيرانه، فقد روى الإمام أحمد في مسند عن عبداللّه بن عمرو بن العاص عن رسول اللّه ﷺ أنه قال: «**خير الأصحاب عند اللّه خيرهم لصاحبه، وخير الجيران عند اللّه خيرهم لجاره**»[٧٤] .

وقد وصف رسول الله ﷺ السعادة للإنسان إذا كان جاره صالحاً بحيث يعينه على الخير ويكف عنه الشر، وهذا تصريح في كون الجار الصالح من أسباب السعادة والصحة النفسية للإنسان. فقد روى الإمام أحمد في مسنده عن نافع بن عبدالحارث قال: قال رسول اللّه صلى الله عليه وسلم: «**من سعادة المرء الجار الصالح والمركب الهنيئ والمسكن الواسع**»(٧٥).

٣ - الرفاق :

الرفيق والقرين هو الشخص المقارب للفرد في عمره وميوله واتجاهاته، وهو الزميل الملازم له في كثير من الأوقات. فإن كان صالحاً فهو عون للفرد في هذه الحياة وداعماً من دواعم الصحة النفسية، فهو يفرح لفرحه، ويسانده ويقف معه في الشدائد.

كما وصف اللّه تخلي القرين السوء عن صاحبه يوم القيامة عندما يلقى في النار، قال اللّه تعالى: ﴿ **وَقَالَ قَرِينُهُ هَذَا مَا لَدَيَّ عَتِيدٌ ﴿٢٣﴾ أَلْقِيَا فِي جَهَنَّمَ كُلَّ كَفَّارٍ عَنِيدٍ ﴿٢٤﴾ مَّنَّاعٍ لِّلْخَيْرِ مُعْتَدٍ مُّرِيبٍ ﴿٢٥﴾ الَّذِي جَعَلَ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ فَأَلْقِيَاهُ فِي الْعَذَابِ الشَّدِيدِ ﴿٢٦﴾ قَالَ قَرِينُهُ رَبَّنَا مَا أَطْغَيْتُهُ وَلَكِن كَانَ فِي ضَلالٍ بَعِيدٍ** ﴾ [ق: ٢٣ - ٢٧] .

والرفقة الصالحة جعلها اللّه وصفاً لأفضل الخلق وهم الأنبياء ثم الصديقين ثم الشهداء ثم الصالحين، بحيث من يخلص لله ويعمل صالحاً يكون رفيقاً لهؤلاء الكرام يوم القيامة، قال اللّه تعالى: ﴿ **وَمَن يُطِعِ اللَّهَ وَالرَّسُولَ فَأُولَئِكَ مَعَ الَّذِينَ أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِم مِّنَ النَّبِيِّينَ وَالصِّدِّيقِينَ وَالشُّهَدَاءِ وَالصَّالِحِينَ وَحَسُنَ أُولَئِكَ رَفِيقًا** ﴾ [النساء: ٦٩].

وقد بيّن رسول اللّه ﷺ الأثر الذي يحدثه الرفيق على رفيقه بمثال حسي هو أثر المسك وأثر رماد الحداد. فقد روى الإمام البخاري في صحيحه عن أبي موسى رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: «**مثل جليس الصالح والسوء كحامل المسك ونافخ الكير، فحامل المسك إما أن يحذيك وإما أن تبتاع منه وإما أن تجد منه ريحاً طيبة، ونافخ الكير إما أن يحرق ثيابك وإما أن تجد منه ريحاً خبيثة** »(٧٦) .

٤ - أماكن العبادة والتعليم والعمل :

وهي الأماكن التي يتدرج فيها الإنسان منذ صغره ويمر في مسيرة حياته في أجوائها، ويتأثر بما فيها من عوامل الخير أو عوامل الشر. فمدارس التعليم العام والعالي والمهني بيئات هامة للفرد بما فيها من مدرسين وطلاب ومناهج وتجهيزات قد تعين على تمتع الفرد بصحة نفسية، وقد تكون سبباً في وقوعه ضحية انحرافات نفسية إذا كانت بيئات غير مناسبة وتستخدم فيها أساليب تهدم الشخصية بدلاً عن أن تبنيها .

والمساجد بيئات تعليمية صالحة بما فيها من أداء للعبادات وتعليم القرآن الكريم والأخلاق الفاضلة ودروس ومحاضرات توجه الإنسان لما ينفعه في دينه ودنياه، والمسجد من أفضل الأماكن لأنه يقام فيها توحيد الله سبحانه وتعالى ويتوجه المسلم بقلبه إلى الله، قال الله تعالى: ﴿ **قُلْ أَمَرَ رَبِّي بِالْقِسْطِ وَأَقِيمُوا وُجُوهَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ كَمَا بَدَأَكُمْ تَعُودُونَ** ﴾ [**الأعراف**: ٢٩]. وقد بين رسول الله صلى الله عليه وسلم فضل المساجد في أحاديث كثيرة منها ما رواه الإمام مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضى الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «**من غدا إلى المسجد أو راح، أعد الله له في الجنة نزلاً كلما غدا أو راح**» وفي حديث

آخر عن أبي هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: «**أحب البلاد إلى الله مساجدها وأبغض البلاد إلى الله أسواقها**» [٧٧].
وكذلك المؤسسات والهيئات الخيرية تعتبر مجال للتعليم والتدريب على سبل الخير وتدعم الصحة النفسية للفرد بما توفره له من مشاعر مشاركة اخوانه المسلمين المحتاجين ومد يد العون لهم.

وتعتبر أماكن العمل من أهم البيئات التي تساعد على سلامة الصحة النفسية للفرد إذا توفرت فيه عوامل الرضا الوظيفي من مناسبة العمل لإمكانات الفرد وكفاية المرتب وتوفر فرص الترقي الوظيفي والتقدير والاحترام من قبل الرؤساء والزملاء والمرؤوسين. وإن كانت على العكس من ذلك كانت من أسباب التعاسة النفسية للفرد وسبباً للإحباط النفسي وكثرة الغياب وقلة الإنتاجية وسبباً لدفع الفرد إلى ترك العمل ودخول عالم البطالة وما فيها من آثار نفسية سيئة على الفرد. وهناك العديد من الدراسات التي تناولت أثر هذه البيئات على الأفراد [٧٨] .

٥ - وسائل الاتصال :

وهي مجموعة الوسائل التي يتعامل معها الفرد ليتعرف على ما حوله. ويدخل فيها وسائل التثقيف من الكتب والدوريات والمجلات والصحف وهي ما يطلق عليه اسم الوسائل المقروءة، وأثرها يعتمد على محتواها فإن كان صالحاً يدل على الخير ويحث إليه ويقدمه للقراء، كان لبنة صالحة في البناء النفسي للأفراد، وإن كان محتواها غير صالح بل أحياناً مفسد لما فيه من انحرافات وضلالات، فإن أثره سيكون سلبيا على البناء النفسي والعقلي للأفراد، ويكون سببًا في الهوان النفسي والحيرة والتردد المصاب به كثير من أبناء المسلمين اليوم.

والوسيلة السمعية هي الإذاعة والتي تقلص بعض الشيء دورها ولكن لا يزال لها أثر في حياة الأفراد لسهولة الوصول إليها وإمكانية التقاطها في كل مكان على وجه البسيطة غالباً، وانتشر فيها في السنوات الأخيرة من البرامج التي تبث مباشرة على الهواء، وهذه البرامج جيدة إذا أحسن توجيهها وكان القائمون عليها من أهل الخير والساعون إلى صلاح الناس، أما إن كانوا على العكس من ذلك مثل أهل الغناء والموسيقى وما شاكلهما فإنها تصبح أداة هدم لنفسية الأفراد وتصرفهم عن معالي الأمور إلى سفاسفها .

ويدخل في هذا المجال أنشطة المسارح والسينما والفيديو والتي تستغرق أوقاتاً غير قليلة من حياة الأفراد، وللأسف فإن جل ما يعرض في هذه الوسائل بعيد عن الخير والإصلاح قريب من الشر والإفساد والدعوة إلى سيء الأخلاق والسلوك، ويكون نتاجها في الغالب نفسيات مضطربة وسلوكيات عدوانية على النفس وعلى الآخرين .

ويحتل صدارة وسائل الاتصال التلفاز، تلك الأداة التي جمعت بين أهم الحواس البشرية وهما السمع والبصر، فأخذت بالألباب واجتاحت العالم بأسره فلا يكاد منزل في مدينة أو قرية يخلو منه، وظهر في سنواتنا الأخيرة صورة جديدة وخطيرة لهذا التلفاز وهو ما يعرف بالقنوات الفضائية التي اجتازت الحدود بين الدول ووصلت لكل مكان في البيوت والمكاتب والفنادق وحتى الخيمة في الصحراء والسفينة في عرض البحر وجل ما يعرض في التلفاز من برامج بعيدة عن الدعوة إلى الاستقامة والصلاح، وما يجلب السعادة والسلام النفسي للأفراد من أمور دينهم ودنياهم ؛ بل على النقيض من ذلك يعرض فيه ما يدعو إلى الوقوع في السلوكيات والأخلاق المنحرفة، بل يصل الأمر فيها إلى تزيين السلوك السيئ. وقد أجريت العديد من الدراسات على آثار التلفاز على عدد من

مناشط الأفراد منها النواحي الدراسية والسلوكيات العدوانية والوقوع في اضطرابات نفسية كالاكتئاب والعدوان وغيرها كثير وأكدت نتائج هذه الدراسات الأثر السلبي لهذا الجهاز (٧٩) .

كما انتشرت في السنوات الأخيرة وسيلة جديدة هي الحاسب الآلي الذي له تطبيقات عديدة ولعل من أهمها وأكثرها شهرة وانتشاراً شبكة المعلومات العالمية أو ما عرف باسم (الإنترنت) وقد انتشرت في التسعينيات الميلادية على مستوى العالم انتشار النار في الهشيم. وهذه الشبكة فيها منافع كثيرة وفيها مضار كثيرة، وعن طريقها ألغي ما يعرف بالرقابة والذي تلجأ إليه عادة الدول والحكومات في تعاملها مع وسائل الاتصال، وإن كان البعض يظن أنه يمكن مراقبة هذه الشبكة عن طريق بعض البرامج والأساليب ولكن الواقع لا يساند هذا الرأي لأن التغيير والإضافة في هذه الشبكة دائم مستمر في كل دقيقة من دقائق الزمن. والوقوع في حبال هذه الشبكة والتعامل مع المواد غير النافعة فيها يسبب اختلالاً في صحة الفرد النفسية، بل يصل الأمر لدى بعض الأفراد أن ينعزل عن واقعه ويرتبط بشكل شبه دائم مع هذه الشبكة - وهؤلاء يعرفون باسم مدمني الإنترنت - وعددهم في تزايد .

لذا على الفرد حفاظاً على دينه وصحته النفسية أن يحسن التعامل مع وسائل الاتصال بكافة صورها فيأخذ منها ما يفيد ويجتنب ما يضر ولا يسلم نفسه هواها بلا قيد ولا ضابط، بل يضبطها بضوابط الإسلام السمح الذي يدل على الخير ويحذر من الشر كما جاء عن رسول الهدى محمد ﷺ وسلف الأمة الصالح، وعلماء الأمة الأتقياء المعاصرين للأفراد في كل زمان ومكان .

هذا ما تيسر عرضه من عوامل الصحة النفسية من وجهة نظر الباحث، الذي يرجو أن يجد من القراء صدى لما كتبه عن طريق أي ملحوظة أو إضافة ترسل للباحث على عنوانه .

هوامش الفصل الثامن

(١) مرسي، كمال إبراهيم، المدخل إلى علم الصحة النفسية، ص ١٠٧ .

(٢) المرجع السابق، ص ١٠٨ - ١١٣ .

(٣) ابن تيمية، مجموع الفتاوى، المجلد السابع، ص ٣٣٠ .

(٤) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الإيمان، باب رقم ١، الجزء الأول، ص ٣٧ .

(٥) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب رقم ٣٨، المجلد السابع، ص ١٩٠.

(٦) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الإيمان، باب رقم ٦، الجزء الأول، ص ٩- ١٠ .

(٧) Rizzuto, In Religion and The Clinical Practice of Psychology, Edited by E.Shafranske, p. 416.

(٨) Koenig, Is Religion Good for your Health, p.33.

(٩) القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، المجلد التاسع، ص ٢٩٣ .

(١٠) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الأذان، باب رقم ٣٠، الجزء الأول، ص١٥٨ - ١٥٩.

(١١) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الرابع، ص ٢٨٣. قال : حمزة الزين في تخريج الحديث : إسناده صحيح، الجزء الرابع عشر، حديث رقم ١٨٤١، ص ١٩٢ .

(١٢) الزنداني، عبدالمجيد، الإيمان، ص ١٠٥ .

(١٣) مسلم، صحيح مسلم، كتاب صلاة المسافرين، باب رقم ٤٧، الجزء الأول، ص ٥٥٩ .

(١٤) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الثالث، ص ٢٤٢. قال : حمزة الزين في تخريج الحديث : إسناده صحيح، الجزء الحادي عشر، حديث رقم ١٣٤٧٦، ص ٢٠٨ .

(١٥) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد الثاني، ص ٧٩٨ .

(١٦) القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، المجلد الرابع عشر، ص ١٥٥ - ١٥٦ .

(١٧) ابن القيم، زاد المعاد في هدى خير العباد، الجزء الأول، ص ٣٧ .

(١٨) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الإيمان، باب ٩، الجزء الأول، ص ٩ - ١٠ .

(١٩) ابن أبي العز، شرح العقيدة الطحاوية، ص ٣٠٥ - ٣٠٦ .

(٢٠) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد السادس، ص ٣٤٩٣ .

(٢١) كارنيجي، دع القلق وابدأ الحياة، ص ٣٠٣ - ٣٠٥ .

(٢٢) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الزهد، باب ١٣ ، الجزء الرابع، ص ٢٢٩٥ .

(٢٣) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الإيمان، باب ١٢، الجزء الأول، ص ٦٣ .

(٢٤) Jung, C., Psychology and Religion : West and East, p.199.

(٢٥) Wulff, D., Psychology of Religion, p. 543 - 544.

(٢٦) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الزكاة، باب ١٦ ، الجزء الثاني، ص ٦٩٨ - ٦٩٧ .

(٢٧) سيد قطب، في ظلال القرآن، المجلد الثالث، ص ٨-١٧ - ١٧٠٩ .

(٢٨) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الطهارة، باب ١١، الجزء الأول، ص ٢١٥ .

(٢٩) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الخامس، ص ٢٦٤. قال حمزة الزين في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح، الجزء السادس عشر، حديث رقم ٢٢٩٨٢، ص ٥١٩ .

(٣٠) أبو داود، سنن أبي داود، الجزء الثاني، حديث رقم ١٣١٩، ص ٧٨. قال محمد ناصر الدين الألباني في تخريج الحديث : حسن. الجزء الأول، حديث رقم - ١١٧١ ١٣١٩، ص ٢٤٥ .

(٣١) البخاري، صحيح البخاري، الجزء الأول، كتاب مواقيت الصلاة، باب رقم ٦، ص ١٣٤ .

(٣٢) كاريل، الكسيس، الإنسان ذلك المجهول، ص ١١٨ .

(٣٣) كارنيجي، ديل، دع القلق وابدأ الحياة، ص ٢٣٣ - ٢٣٤ .

(٣٤) بيرت، سيريل، علم النفس الديني، ص ٢٢ - ٢٤ .

(٣٥) ابن تيمية، مجموع فتاوى شيخ الإسلام أحمد بن تيمية، المجلد الخامس والعشرون، ص ٨ .

(٣٦) القرطبي، الجامع لأحكام القرآن، المجلد الثامن، ص ٢٤٩ .

(٣٧) القرضاوي، يوسف، فقه الزكاة، الجزء الثاني، ص ٨٥٧ - ٨٨٧ .

(٣٨) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد السادس، ص ٣٩٢٢ .

(٣٩) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الزكاة، باب ٢٧ و باب ٢٨، المجلد الثاني، ص ١٢٠-١٢١.

(٤٠) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الزكاة، باب ٦٤، ص ١٣٦ .

(٤١) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد الأول، ص ١٦٢.

(٤٢) الكيلاني، نجيب، الصوم والصحة، ص ٤١ - ٥٢ .

(٤٣) النسائي، سنن النسائي، كتاب الصيام، باب ٤٢. قال الألباني في تخريج الحديث: صحيح الإسناد. الجزء الثاني، حديث رقم ٢٠٩٣، ص ٤٧٥ .

(٤٤) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الحج، باب ٤، الجزء الثاني، ص ١٤١ .

(٤٥) ابن كثير، تفسير القرآن العظيم، المجلد الثامن، ص ٢٠٦ .

(٤٦) قطب، سيد، في ظلال القرآن، المجلد السادس، ص ٣٥٧٠ .

(٤٧) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الثاني، ص ٣٣٤. قال أحمد شاكر في تخريج الحديث : إسناده صحيح. الجزء الثامن، حديث رقم ٨٣٩٣، ص ٣٠٦ .

(٤٨) البخاري، صحيح البخاري، كتاب العلم، باب رقم ٤٢، الجزء الأول، ص ٣٧ .

(٤٩) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الأدب، باب رقم ٧٤، الجزء السابع، ص ٩٧ .

(٥٠) المرجع السابق، كتاب البيوع، باب رقم ١٥، الجزء الثالث، ص ٩ .

(٥١) المرجع السابق، كتاب الإيمان، باب رقم ٢٩ ، الجزء الأول، ص ١٥ .
(٥٢) مسلم، صحيح مسلم، كتاب التوبة، باب رقم ٣، الجزء الرابع، ص ٢١٠٦ .
(٥٣) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الثاني، ص ٣٨١. قال حمزة الزين في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح. الجزء التاسع، حديث رقم ٨٩٣٢، ص ٥٦ .
(٥٤) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الأول، ص ٤٠٣. قال أحمد شاكر في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح. الجزء الرابع، حديث رقم ٣٨٢٣، ص ٤٩ .
(٥٥) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الأدب، باب رقم ٣٩، الجزء السابع، ص ٨٢ .
(٥٦) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الثاني، ص ٣٢١. قال أحمد شاكر في تخريج هذا الحديث : إسناده حسن، قال الهيثمي : رجاله ثقات. الجزء الثامن. حديث رقم ٨٢٥٥، ص ٢٦٠ .
(٥٧) النسائي، سنن النسائي، الجزء السادس، ص ٢٥ .
(٥٨) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الرقاق، باب رقم ٣٥، الجزء السابع، ص ١٨٨.
(٥٩) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الأول، ص ٢٠٠. قال أحمد شاكر في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح. الجزء الثاني، حديث رقم ١٧٢٧، ص ٣٤٧ .
(٦٠) مسلم، صحيح مسلم، كتاب البر، باب رقم ٢٩، الجزء الرابع، ص ٢٠١٣ .
(٦١) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الطهارة، باب رقم ١، الجزء الأول، ص ٢٠٣ .
(٦٢) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الخامس، ص ٤٢٧. قال حمزة الزين في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح. الجزء السابع عشر، حديث رقم ٢٣٥١٣، ص ٥٧ .
(٦٣) الغزالي، محمد، خلق المسلم، ص ١٤١ .
(٦٤) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الأول، ص ٢٢٩، قال أحمد شاكر في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح، الجزء الثاني، حديث رقم ٢٠٢٩، ص ٤٩١ .
(٦٥) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الحج، باب رقم ٣٣، الجزء الثاني، ص ١٥٠ .
(٦٦) مسلم، صحيح مسلم، كتاب القدر، باب رقم ٨، الجزء الرابع، ص ٢٠٥٢ .
(٦٧) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الأول، ص ٢٣٠، قال أحمد شاكر في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح، الجزء الثاني، حديث رقم ٢٠٣٩، ص ٤٩٦ .
(٦٨) مسلم، صحيح مسلم، كتاب البر، باب رقم ١٩، الجزء الرابع، ص ٢٠٠١ .
(٦٩) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الجن، باب رقم ١٦ ، الجزء الرابع، ص ٢١٩٩ .
(٧٠) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الإيمان، باب رقم ٦، الجزء الأول، ص ٤٩ .
(٧١) انظر على سبيل المثال :

- اعتدال عطيوي، أطفالنا والخادمات، جدة، مطابع دار العلم، د.ت .
- لبنى أحمد القاضي، أثر العمالة الأجنبية في التغيير الاجتماعي في الدول العربية ،الرياض، المركز العربي للدراسات الأمنية والتدريب، ١٤١٠هـ .

(٧٢) انظر محمد عودة محمد وكمال إبراهيم مرسي، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، الكويت، دار القلم، الطبعة الثانية، ١٤٠٦هـ، ص ٩٧ ومابعدها.

(٧٣) مسلم، صحيح مسلم، كتاب الإيمان، باب رقم ١٩، الجزء الأول، ص ٦٨ .

(٧٤) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الثاني، ص ١٦٨. قال أحمد شاكر في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح، الجزء السادس، الحديث رقم ٦٥٦٦، ص ١٣٩.

(٧٥) حنبل، أحمد، المسند، الجزء الثاني، ص ١٦٨. قال أحمد شاكر في تخريج هذا الحديث : إسناده صحيح، الجزء الثاني عشر، حديث رق ١٥٣٠٨، ص ١٤٨.

(٧٦) البخاري، صحيح البخاري، كتاب الذبح والصيد، باب رقم ٣١، الجزء السادس، ص ٢٣١ .

(٧٧) مسلم، صحيح مسلم، كتاب المساجد، باب ٥٢.٥١، الجزء الأول، ص ٤٦٣/٤٦٤ .

(٧٨) انظر صالح الصنيع، التدين علاج الجريمة، مكتبة الرشد، ١٤١٩هـ، ص ٥٠ فما بعدها .

(٧٩) انظر على سبيل المثال :

- الأسرة المسلمة أمام الفيديو والتلفزيون، مروان كجك، ١٤١٨هـ .
- التلفزيون والشباب، طلعت ذكري، ١٩٨٨م .
- التلفزيون في حياة أطفالنا، ١٩٨٨م .

الفصل التاسع

- التوصيات
- الدراسات المقترحة

التوصيـــات

من خلال ما تم تقديمه في الفصول الثمانية السابقة يقدم الباحث التوصيات التالية :

١ - على الباحثين في مجال العلوم الإنسانية بعامة، وعلم النفس بخاصة الاستفادة من الثروة العلمية الموجودة في كتب التراث على أسس سليمة، ومن تلك الأسس :

أ - إنزال محتوى التراث منزلته المناسبة، بحيث لا يعلي من قدره فيصبح بمنزلة الوحي الذي لا يتعرض للنقد، ولا يحط من شأنه فيعرض الباحث عن تضمينه في بحوثه المعاصرة .

ب - الاطلاع على أكبر قدر ممكن من المؤلفات وخصوصاً نتاج علماء السلف الصالح . وذلك بصورة مباشرة وفي أكثر من كتاب، وعدم الاكتفاء بما ينقله المعاصرون عنهم .

ج - مراعاة الظروف المكانية والزمانية التي كتب فيها كل كتاب، بحيث يراعي الباحث المحتوى المكتوب وأثر تلك الظروف على المؤلف .

د - الاستفادة القصوى من منهج السلف في توظيف نصوص الوحي والاستنباط من تلك النصوص .

هـ - ربط الموضوعات التي تدرس للطلاب والطالبات في الجامعات بما كتبه علماء التراث في تلك الموضوعات، وعدم الاقتصار على ما كتبه غير المسلمين .

٢ - يجب على العاملين في مجالات الإرشاد النفسي والصحة النفسية الاستفادة من الطروحات الإسلامية في دراسة المشكلات والأمراض النفسية وكيفية الوقاية منها وعلاجها، وعدم الاقتصار على طروحات غير المسلمين .

٣ - حث الباحثين المسلمين على الرجوع إلى المصادر الإسلامية وتقديم طروحات إسلامية حول الموضوعات التي يتناولونها سواء في البحث أو التدريس، وذلك اعتماداً على المنهج الإسلامي القائم على عدد من الأسس أهمها ما يلي :

أ - القرآن الكريم .

ب - صحيح السنة .

ج - التراث الإسلامي القديم والمعاصر مع نقده .

د - تراث غير المسلمين مع نقده .

٤ - تعويد الطلاب والطالبات في الكليات على الرجوع إلى كتب التراث الإسلامي القديمة والجديدة عندما يكتبون بحوثهم الجامعية .

٥ - استشعار المسؤولية الملقاة على الباحثين المسلمين في تقديم محتويات مناسبة لأبناء المسلمين في الكليات الجامعية من خلال تبني مفاهيم التأصيل الإسلامي للعلوم الإنسانية .

٦ - بناء برامج الدراسات العليا في البلدان الإسلامية على تبني التصور الإسلامي في علاج المشكلات القائمة، وكذلك الطروحات النظرية.

٧ - التبادل العلمي بين الباحثين المسلمين ومراكز البحث العلمي، وتخصيص ندوات ومؤتمرات لمناقشة طروحات الباحثين المسلمين حتى تطور نحو الأفضل . وتنشر إلى أكبر عدد ممكن من المهتمين.

دراسات مقترحة

من خلال قيام الباحث بالدراسة الحالية، فإنه يقدم مقترحات لدراسات قادمة للباحثين والباحثات المسلمين والمسلمات، من خلال العناوين التالية :

١ – العلاقة بين التدين والصحة النفسية لدى أحد علماء السلف (مثل ابن تيمية، ابن قيم الجوزية، ابن الجوزي، أبو حامد الغزالي، الماوردي)

٢ – أثر الالتزام الديني في الوقاية من المشكلات النفسية .

٣ – أثر الدين على (أحد الموضوعات النفسية مثل الدوافع أو الانفعالات أو التعلم) لدى العلماء الغربيين والعلماء المسلمين دراسة مقارنة .

٤ – أثر الالتزام الديني لدى الطلاب على ارتفاع مستوى التحصيل الدراسي .

٥ – أثر التزام الأخلاق الإسلامية على الوقاية من المشكلات النفسية .

٦ – الصحة النفسية عند المسلمين وغير المسلمين من خلال العامل الديني.

٧ – الفروق في مستوى الصحة النفسية بين المسلمين الملتزمين والمسلمين غير الملتزمين .

٨ – تصور إسلامي لمكونات النفس البشرية .

٩ – التفاعل بين مكونات النفس الإنسانية من منظور إسلامي .

١٠ – تصور إسلامي تفسيري للاضطرابات النفسية .

١١ – تصور إسلامي للانفعالات الإنسانية .

والله الموفق ،،،

المراجع

- المراجع العربية
- المراجع الأجنبية

قائمة المراجع العربية

١ - أحمد، سهير كامل، البناء النفسي القائم وراء (زنا الزوجات) دراسة إكلينيكية، م١ ع١، أبريل ١٩٩١م .

٢ - الأحمد، عبدالعزيز بن عبدالله، مفهوم الصحة النفسية من وجهتي نظر الإمام ابن قيم الجوزية رحمه اللّه والدراسات النفسية الحديثة، دراسة تحليلية . رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، ١٤١٧هـ .

٣ - الألباني، محمد ناصر الدين، صحيح سنن النسائي باختصار السند، ثلاثة أجزاء، الرياض، مكتب التربية العربي لدول الخليج، ١٤٠٨هـ .

٤ - الألباني، محمد ناصر الدين، صحيح سنن الترمذي باختصار السند، ثلاثة أجزاء، الرياض، مكتب التربية العربي لدول الخليج، ١٤٠٨هـ .

٥ - الألباني، محمد ناصر الدين، صحيح سنن أبي داود باختصار السند، ثلاثة أجزاء، الرياض، مكتبة التربية العربي لدول الخليج، ١٤٠٩هـ .

٦ - الألباني، محمد ناصر الدين، صحيح سنن ابن ماجة باختصار السند، جزءان، الرياض، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الطبعة الثالثة، ١٤٠٨هـ .

٧ - الألباني، محمد ناصر الدين، سلسلة الأحاديث الصحيحة وشيء من فقهها وفوائدها، أربعة مجلدات، دمشق، المكتب الإسلامي، الطبعة الرابعة، ١٤٠٥هـ .

٨ - الألباني، محمد ناصر الدين، صحيح الجامع الصغير وزيادته (الفتح الكبير)، مجلدان، دمشق، المكتب الإسلامي، الطبعة الثالثة،١٤٠٨هـ .

٩ - باكان، دافيد . فرويد والتراث الصوفي اليهودي، ترجمة طلال عتريسي، بيروت : المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، ١٤٠٨هـ .

١٠ - البخاري، محمد بن إسماعيل، صحيح البخاري، ثمانية أجزاء، استانبول، المكتبة الإسلامية، ١٩٨١م .

١١ - بدر، أمل محمد، بعض سمات الشخصية في ضوء مستوى السلوك الديني، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود، ١٤١٨هـ .

١٢ - بدري، مالك، علم النفس الحديث من منظور إسلامي، اللقاء العالمي الرابع، قضايا المنهجية في العلوم السلوكية، الخرطوم، المعهد - العالمي للفكر الإسلامي ٢٢/٥/١٤٠٧ - ١٥هـ .

١٣ - البنا، إسعاد عبدالعظيم، دور الأدعية والأذكار في علاج القلق كأحد طرق العلاج النفسي الديني، المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر، الجزء الأول، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٩٩٠م .

١٤ - بيرت، سيريل، علم النفس الديني، ترجمة سمير عبده، بيروت، دار الآفاق الجديدة، الطبعة الأولى، ١٤٠٥هـ .

١٥ - بيومي، جلال محمد سليمان، التطرف وعلاقته بمستوى النضج النفسي الاجتماعي لدى الشباب، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٩٩٣م .

١٦ - تركي، مصطفى أحمد، العلاقة بين التدين وبين العصابية والانبساط

والثقة بالنفس والدافعية للإنجاز والمرونة عند طلبة الجامعة، ندوة علم النفس والإسلام، كلية التربية، جامعة الرياض، ١٩٧٨م .

١٧ - الترمذي، محمد بن عيسى بن سورة، سنن الترمذي، تحقيق أحمد محمد شاكر، ومحمد فؤاد عبدالباقي، وإبراهيم عطوة عوض، القاهرة، مصطفى الحلبي وأولاده، الطبعة الثالثة، ١٣٩٨هـ .

١٨ - ابن تيمية، أحمد . مجموع فتاوى شيخ الإسلام أحمد بن تيمية، جمع وترتيب عبدالرحمن بن قاسم، الرئاسة العامة لشؤون الحرمين الشريفين (د ت) ٣٧ مجلداً .

١٩ - ابن تيمية، أحمد، الحسنة والسيئة، تقديم محمد جميل غازي، جدة، دار المدني، ١٤٠٦هـ .

٢٠ - ابن تيمية، أحمد، التحفة العراقية في أعمال القلوب، تحقيق سليمان مسلم الحرشي، الرياض، دار الهدى للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، ١٤٠٧هـ .

٢١ - ابن تيمية، أحمد، الحسبة ومسئولية الحكومة الإسلامية، تحقيق صلاح عزام، القاهرة، مطبوعات الشعب، الطبعة الأولى، ١٩٧٦م .

٢٢ - ابن تيمية، أحمد، تزكية النفس، تحقيق محمد بن سعيد القحطاني، القاهرة، مكتبة السنة، الطبعة الثانية، ١٤١٦هـ .

٢٣ - ابن تيمية، أحمد، الاستقامة، مجلدان، تحقيق محمد رشاد سالم، الطبعة الثانية، ١٤٠٩هـ .

٢٤ - ابن تيمية، أحمد، العبودية، بيروت، المكتب الإسلامي، الطبعة الخامسة، ١٣٩٩هـ .

٢٥ - ابن تيمية، أحمد، الإيمان، الرياض، مكتبة نزار الباز، بدون تاريخ .

٢٦ - ابن تيمية، أحمد، السياسة الشرعية في إصلاح الراعي والرعية، بيروت، دار الآفاق الجديدة، الطبعة الأولى، ١٤٠٣هـ .

٢٧ - ابن تيمية، أحمد، التفسير الكبير، سبعة أجزاء، تحقيق عبدالرحمن عميرة، بيروت، دار الكتب العلمية، الطبعة الأولى، ١٤٠٨هـ .

٢٨ - ابن تيمية، أحمد، اقتضاء الصراط المستقيم مخالفة أصحاب الجحيم، تحقيق عصام الصبابطي، القاهرة، دار الحديث، الطبعة الأولى، بدون تاريخ .

٢٩ - جنيد، منال، التكيف القيمي - دراسة في القيم وأثرها في التكيف النفسي الاجتماعي لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة دمشق، ١٩٩٤م .

٣٠ - ابن الجوزي، أبي الفرج، رسالة إلى ولدي، رسالة في الحث على طلب العلم، تحقيق عمرو عبدالمنعم، القاهرة، دار السلام، الطبعة الأولى، ١٤١٢هـ .

٣١ - ابن الجوزي، أبي الفرج، كتاب الأذكياء، ذخائر التراث العربي، بيروت، المكتب التجاري للطباعة والنشر والتوزيع، ب .ت .

٣٢ - ابن الجوزي، أبي الفرج، صيد الخاطر، تحقيق ناجي الطنطاوي، دار الفكر، دمشق، الطبعة الرابعة، ١٤٠٧هـ .

٣٣ - ابن الجوزي، أبي الفرج، المدهش، تحقيق مروان قباني، دار الكتب العلمية بيروت، ب .ت .

٣٤ - ابن الجوزي، تلبيس ابليس، مكتبة المتنبي، القاهرة، ب .ت .

٣٥ - ابن الجوزي، أبي الفرج، التذكرة في الوعظ، دار المعرفة، بيروت، الطبعة الأولى، ١٤٠٦هـ .

٣٦ - ابن الجوزي، أبي الفرج، الطب الروحاني، تحقيق محمد السعيد زغلول، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة، الطبعة الأولى، ١٤٠٦هـ .

٣٧ - ابن الجوزي، أبي الفرج، الثبات عند الممات، تحقيق عبداللطيف عاشور، مكتبة القرآن، القاهرة، ب .ت .

٣٨ - ابن الجوزي، أبي الفرج، الشفاء في مواعظ الملوك والخلفاء، تحقيق فؤاد أحمد، المكتبة التجارية، مكة المكرمة، ب ت .

٣٩ - ابن الجوزي، أبي الفرج، ذم الهوى، تحقيق أحمد عطا، دار الكتب العلمية، بيروت، ١٤٠٧هـ .

٤٠ - الحجاجي، حسن بن علي، الفكر التربوي عند ابن القيم، جدة، دار حافظ للنشر والتوزيع، ١٤٠٨هـ .

٤١ - ابن حجر، أحمد بن علي، فتح الباري بشرح صحيح البخاري، ١٣ جزءًا، دار الفكر، (د .ت) .

٤٢ - حسن، حسن علي، الدين ودافعية الإنجاز : دراسة نفسية مقارنة لمستوى دافعية الإنجاز، المسلم المعاصر، العددان ٥٥ / ٥٦، يناير / فبراير / مارس ١٩٩٠م .

٤٣ - حسن، كريمة محمود، الاتجاه الديني وعلاقته بالتوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب الجامعة من الريف والحضر . ماجستير غير منشورة، تربية المنوفية، ١٩٨٧م .

٤٤ - الحفني، عبدالمنعم، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، القاهرة: مكتبة مدبولي، جزءان، ١٩٧٨م .

٤٥ - حمادة، عبدالمحسن عبدالحميد، التوجه نحو التدين وعلاقته ببعض

المتغيرات النفسية – الاجتماعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية – جامعة الأزهر، ١٩٩٢م .

٤٦ – حنبل، أحمد، المسند، ستة أجزاء، الطبعة الخامسة، بيروت، المكتب الإسلامي، ١٤٠٥هـ .

٤٧ – حنبل، أحمد، المسند، عشرون جزء، تحقيق أحمد شاكر وحمزة الزين، القاهرة، دار الحديث، الطبعة الأولى، ١٤١٦هـ .

٤٨ – حوالة، محمد السيد أحمد، القلق الأخلاقي وعلاقته بالقيم والمفاهيم الدينية لدى شرائح من الشباب المصري الجامعي (دراسة ميدانية)، رسالة ماجستير غيرمنشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس، ١٩٩٠م .

٤٩ – الخراز، عبدالله بن محمد ومنصور بن سفر الزهراني، العلاقة بين التدين والصحة النفسية، بحث غير منشور، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية بالرياض، جامعة الإمام، ١٤١٢هـ .

٥٠ – خليل، عماد الدين، تهافت العلمانية، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٤٠٣هـ .

٥١ – خليل، محمد محمد سيد ومحمد المهدي وعماد نصير، السلوك الديني لدى مدمني العقاقير والكحول، دراسات نفسية، المجلد الرابع، العدد الرابع، أكتوبر ١٩٩٤م .

٥٢ – داروين، تشارلز، أصل الأنواع (ترجمة إسماعيل مظهر) بيروت، مكتبة النهضة، ١٩٧٣م .

٥٣ – أبو داود، سليمان بن الأشعث، سنن أبي داود، تعليق عزت عبيد

الدعاس وعادل السيد، خمسة أجزاء، بيروت، دار الحديث، الطبعة الأولى، ١٣٨٨هـ .

٥٤ - الدويرعات، سليمان بن علي، السلوك الأخلاقي وعلاقته بالصحة النفسية من المنظور الإسلامي، دراسة ارتباطية على الطلبة الجامعيين في مدينة الرياض، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام بالرياض، ١٤١٧هـ .

٥٥ - دياب، إسماعيل، محمد وعبدالرحمن النقيب، بعض القوى والعوامل المؤثرة على التدين الإسلامي لدى الشباب الجامعي دراسة ميدانية، من آفاق البحث في التربية الإسلامية، الكتاب الثاني، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٨٣م .

٥٦ - ديز، جيمس، أزمة علم النفس المعاصر (ترجمة سيد أحمد عثمان) القاهرة، دار الفكر العربي، ١٤٠١هـ .

٥٧ - رجب، إبراهيم عبدالرحمن، المنهج العلمي للبحث من وجهة إسلامية (في نطاق العلوم الاجتماعية ومهن المساعدة الإنسانية)، ندوة التأصيل الإسلامي للخدمة الاجتماعية، القاهرة، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، أغسطس ١٩٩١م .

٥٨ - الزعبلاوي، محمد السيد محمد، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس، الرياض، مكتبة التوبة، الطبعة الأولى، ١٤١٤هـ .

٥٩ - زغلول، السعيد محمود، القيم الدينية لدى طلاب جامعة الأزهر وبعض الجامعات الأخرى في مصر، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٩٨٩م .

٦٠ - الزنداني، عبدالمجيد، الإيمان، بيروت، مؤسسة الكتب الثقافية، الطبعة الرابعة، ١٤١٣هـ .

٦١ - زيدان، محمد مصطفى، النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، جدة، دار الشروق، الطبعة الثالثة، ١٤١٠هـ .

٦٢ - الزين، محمد حسني، منطق ابن تيمية ومنهجه الفكري، بيروت، المكتب الإسلامي، الطبعة الأولى، ١٣٩٩هـ .

٦٣ - السدحان، عبدالله ناصر، قضاء وقت الفراغ بين الأحداث المنحرفين والأحداث الأسوياء، مجلة الأمن، العدد التاسع، ربيع الأول ١٤١٥هـ .

٦٤ - السعدوي، عبداللّه بن صالح، بناء مقياس للخصائص النفسية للمجرم (دراسة معدة ومقننة على البيئة السعودية)، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ١٤١٧هـ .

٦٥ - السعدي، خالد بن أحمد، إشباع الحاجات النفسية وعلاقته بالتدين عند طلاب المرحلة الجامعية في مدينة الرياض، متطلب تكميلي للحصول على الماجستير، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام بالرياض، ١٤١٧هـ .

٦٦ - السعيد، أحمد بن عبدالله، دراسة لبعض متغيرات الشخصية للمجرمين العائدين للسجون في المملكة العربية السعودية، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام، ١٤١٢هـ .

٦٧ - أبو سليمان، عبدالحميد أحمد، أزمة العقل المسلم (سلسلة المنهجية الإسلامية (١)) هيرندون، المعهد العالمي للفكر الإسلامي، الطبعة الثانية، ١٤١٢هـ .

٦٨ - السيد، فؤاد البهي، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة المعدلة، ١٩٧٥م .

٦٩ - سيفرين، فرانك، علم النفس الإنساني (ترجمة طلعت منصور وعادل عزالدين وفيولا الببلاوي) القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٧٨هـ .

٧٠ - أبو سوسو، سعيدة، القيم الدينية والخلقية وأثرها على التوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات الجامعة، الكتاب السنوي في علم النفس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد الخامس، ١٩٨٦م .

٧١ - سويد، محمد نور، منهج التربية النبوية للطفل، الطبعة الثانية، الكويت، مكتبة المنار الإسلامية، ١٤٠٨هـ .

٧٢ - سوين، ريتشارد، علم الأمراض النفسية والعقلية، ترجمة أحمد عبدالعزيز سلامة، القاهرة : دار النهضة العربية، ١٩٧٩م .

٧٣ - الشرقاوي، مصطفى خليل، الحس الديني لدى العصابيين والعاديين في مرحلة المراهقة، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد الخامس، ١٩٨٥م .

٧٤ - الشمري، فهد بن جازع، الأخلاقيات الإسلامية وأثرها على العمل، دراسة ميدانية، الرياض، مطابع التقنية للأوفست، ١٤١٤هـ .

٧٥ - الشويعر، طريفة سعود، الإيمان بالقضاء والقدر وأثره على القلق النفسي، جدة، دار البيان للطباعة والنشر، ١٤٠٨هـ .

٧٦ - الشويعر، طريفة سعود، الالتزام الديني في الإسلام وعلاقته بقلق الموت، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية للبنات بجدة، الرئاسة العامة لتعليم البنات، ١٤٠٩هـ .

٧٧ - الشهري، سالم سعيد، الالتزام الديني في الإسلام وعلاقته بالاكتئاب النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، ١٤١٦هـ .

٧٨ - الشيخ، محمد محمد مصطفى، القيم وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلاب جامعة الأزهر، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٩٨٠م .

٧٩ - الصالح، عبدالرحمن بن محمد، العلاقة بين أساليب التنشئة الأسرة ومستوى السلوك الديني لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة الملك سعود، ١٤١٢هـ .

٨٠ - الصنيع، صالح بن إبراهيم، التدين علاج الجريمة، الرياض، مكتبة الرشد، الطبعة الثانية، ١٤١٩هـ .

٨١ - ضميرية، عثمان جمعة، التصور الإسلامي للكون والحياة والإنسان، القاهرة، دار الكلمة الطيبية، الطبعة الثانية، ١٤٠٥هـ .

٨٢ - الطائي، نزار مهدي، الاتجاه نحو الدين وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من الطلبة الجامعيين في الكويت، حوليات كلية الآداب، الحولية الثانية عشرة، الرسالة ٧٧، ١٩٩٢م .

٨٣ - الطحان، محمد خالد وسيد الطواب ونبيل علي محمود، أسس النمو الإنساني، دبي، دار القلم، الطبعة الأولى، ١٤٠٧هـ .

٨٤ - الطحان، محمد خالد، مبادئ الصحة النفسية، دبي : دار القلم، الطبعة الأولى، ١٤٠٧هـ .

٨٥ - عبدالقادر، أشرف أحمد، القيم الدينية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق فرع بنها، ١٩٨٦م .

٨٦ - ابن أبي العز، شرح العقيدة الطحاوية، تحقيق مجموعة من العلماء، خرج الأحاديث محمد ناصر الدين الألباني، الطبعة الأولى، بيروت، المكتب الإسلامي، ١٣٩٢هـ .

٨٧ - أبو العزائم، جمال ماضي، القرآن والصحة النفسية، القاهرة، دار الهلال، الطبعة الأولى، ١٤١٤هـ .

٨٨ - عرقسوسي، محمد أيمن محمد خير، أثر الاسترخاء والرقية الدينية في علاج ضغط الدم الأساسي، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، جامعة الخرطوم، ١٤١٢هـ .

٨٩ - العساف، صالح حمد، المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، سلسلة البحث في العلوم السلوكية . الكتاب الأول، الرياض . الطبعة الأولى، ١٤٠٩هـ .

٩٠ - عسيري، مسفر أحمد، دراسة مقارنة للفروق بين ذوي الاضطرابات النفسية العصابية والأسوياء في مستوى التدين في الإسلام، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، ١٤١١هـ .

٩١ - عطار، ليلى عبدالرشيد، آراء ابن الجوزي التربوية، دراسة وتحليلاً وتقويماً ومقارنة، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم التربية، كلية العلوم الاجتماعية بالرياض، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ١٤١٢هـ .

٩٢ - عفيفي، محمد عبدالله، النظرية الخلقية عند ابن تيمية، مركز الملك فيصل للبحوث والدراسات الإسلامية، الرياض، الطبعة الأولى، ١٤٠٨هـ .

٩٣ - عيسوي، عبدالرحمن، النمو الروحي والخلقي، بيروت، دار النهضة العربية، ١٩٩٢م .

٩٤ - الغزالي، أبو حامد، إحياء علوم الدين، خمسة أجزاء، بيروت، دار المعرفة . د .ت .

٩٥ - غلاب، محمود عبدالرحيم ومحمد إبراهيم الدسوقي، دراسة نفسية، مقارنة بين المتدينين جوهريا والمتدينين ظاهريا في الاتجاه نحو العنف وبعض خصائص الشخصية، دراسات نفسية، المجلد الرابع، العدد الثالث، يوليو ١٩٩٤م .

٩٦ - الفاروقي، إسماعيل، صياغة العلوم الاجتماعية صياغة إسلامية، مجلة المسلم المعاصر، العدد العشرون، ١٤٠٠هـ .

٩٧ - فرانكل، فيكتور، الإنسان يبحث عن معنى : مقدمة في العلاج بالمعنى، التسامي بالنفس، ترجمة طلعت منصور، الكويت : دار القلم، الطبعة الأولى، ١٤٠٢هـ .

٩٨ - فروم، أريك، الدين والتحليل النفسي (ترجمة فؤاد كامل)، القاهرة، مكتبة غريب، د .ت .

٩٩ - فرويد، **سجمند**، معالم التحليل النفسي (ترجمة محمد عثمان نجاتي) بيروت، دار الشروق، الطبعة السادسة، ١٤٠٦هـ .

١٠٠ - فرويد، **سيغموند**، مستقبل وهم (ترجمة جورج طرابيشي) بيروت، دار الطليعة، الطبعة الثالثة، ١٩٨١م .

١٠١ - فرويد سيغموند، قلق في الحضارة، ترجمة جورج طرابيشي، بيروت، دار الطليعة، الطبعة الثالثة، ١٩٨٢م .

١٠٢ - القحطاني، سليمان بن محمد، العلاقة بين مستوى التدين والرضا الوظيفي والإنتاجية في العمل، دراسة على موظفي شركة سابك، رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام بالرياض، ١٤١٧هـ .

١٠٣ - القرضاوي، يوسف، فقه الزكاة، جزءان، بيروت، مؤسسة الرسالة، الطبعة الثانية والعشرون، ١٤١٤هـ .

١٠٤ - القرطبي، محمد بن أحمد، الجامع لأحكام القرآن . اثنان وعشرون مجلداً، بيروت، دار الفكر، الطبعة الأولى، ١٤٠٧هـ .

١٠٥ - قطب، سيد، مقومات التصور الإسلامي، بيروت، دار الشروق، الطبعة الثانية، ١٤٠٧هـ .

١٠٦ - قطب، سيد، في ظلال القرآن، جدة، دار العلم للطباعة والنشر، الطبعة الثانية عشرة، ١٤٠٦هـ .

١٠٧ - قطب، محمد، الإنسان بين المادية والإسلام، القاهرة، دار الشروق، الطبعة التاسعة، ١٤٠٨هـ .

١٠٨ - قطب، محمد، دراسات في النفس الإنسانية، بيروت، دار الشروق، الطبعة الخامسة، ١٤٠١هـ .

١٠٩ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، تحفة المودود بإحكام المولود . بيروت، دار الكتاب العربي، الطبعة الثانية، ١٤٠٣هـ .

١١٠ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، الروح، القاهرة، مكتبة المتنبي، د.ت .

١١١ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، الوابل الصيب من الكلم الطيب، دمشق، مكتبة دار البيان، ب ت .

١١٢ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، بدائع الفوائد، أربعة أجزاء (مجلدان)، بيروت، دار الكتاب العربي، ب.ت .

١١٣ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين، ثلاثة أجزاء، بيروت: دار الكتاب العربي، الطبعة الأولى، ١٤١٠هـ .

١١٤ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، إغاثة اللهفان في مصايد الشيطان، جزءان، بيروت، المكتب الإسلامي، الطبعة الثانية، ١٤٠٩هـ، تحقيق محمد عفيفي .

١١٥ - ابن قيم الجوزية محمد بن أبي بكر، الداء والدواء، تحقيق يوسف بديوي، المدينة المنورة، مكتبة دار التراث، الطبعة الثانية، ١٤٠٩هـ .

١١٦ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، زاد المعاد في هدى خير العباد، خمسة أجزاء، تحقيق شعيب وعبدالقادر الأرنؤوط، بيروت، مؤسسة الرسالة، الطبعة السابعة، ١٤٠٥هـ .

١١٧ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، كتاب التوبة، تحقيق صابر البطاوي، القاهرة، مكتبة السنة، الطبعة الأولى، ١٤١٠هـ .

١١٨ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، طريق الهجرتين وباب السعادتين، تحقيق عمر أبو عمر، الدمام، دار ابن القيم، الطبعة الأولى، ١٤٠٩هـ .

١١٩ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، عدة الصابرين وذخيرة الشاكرين، تحقيق محمد علي قطب، بيروت، دار القلم، الطبعة الأولى، ١٤٠٧هـ .

١٢٠ - ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر، مفتاح دار السعادة ومنشورة ولاية العلم والإرادة، جزءان، تحقيق حمدي الدمرداش محمد، مكة المكرمة، مكتبة نزار مصطفى الباز، الطبعة الأولى، ١٤١٨هـ .

١٢١ - كارنيجي، ديل، دع القلق وابدأ الحياة، تعريب عبدالمنعم الزيادي، الطبعة السادسة عشر، القاهرة، مكتبة الخانجي، ١٩٨٠م .

١٢٢ - كاريل، ألكسيس، الإنسان ذلك المجهول، ترجمة عادل شفيق، كتب جائزة نوبل، القاهرة، الهيئة العامة للكتاب، ١٩٧٣م .

١٢٣ - ابن كثير، إسماعيل عماد الدين، تفسير القرآن العظيم، ثمانية مجلدات، تحقيق عبدالعزيز غنيم ومحمد أحمد عاشور ومحمد إبراهيم البنا، القاهرة، الشعب، د .ت .

١٢٤ - الكيلاني، ماجد عرسان، مقومات الشخصية المسلمة أو الإنسان الصالح، كتاب الأمة، العدد ٢٩، الطبعة الأولى، شوال ١٤١١هـ .

١٢٥ - الكيلاني، ماجد عرسان، الفكر التربوي عند ابن تيمية، مكتبة دار التراث، المدينة المنورة، الطبعة الثانية، ١٤٠٧هـ .

١٢٦ - الكيلاني، نجيب، الصوم والصحة، بيروت، مؤسسة الرسالة، الطبعة الخامسة، ١٤٠٨هـ .

١٢٧ - ابن ماجه، محمد بن يزيد، سنن ابن ماجة، جزءان، القاهرة، دار الحديث، (د .ت) .

١٢٨ - المباركفوري، صفي الرحمن، الرحيق المختوم بحث في السيرة النبوية على صاحبها أفضل الصلاة والسلام، الرياض، دار السلام، ١٤١٤هـ .

١٢٩ - متولي، عباس إبراهيم المسئولية الاجتماعية وعلاقتها بالقيم لدى شباب الجامعة، المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، الجزء الثاني، ٢٤ - ٢٢ يناير ١٩٩٠م .

١٣٠ - محمد، عودة محمد، بعض أشكال عصاب الوسواس القهري وعلاقته ببعض المعطيات الدينية، ندوة علم النفس، المعهد العالمي للفكر الإسلامي القاهرة، ١٩٨٩م .

١٣١ - محمد، عودة محمد وكمال إبراهيم مرسي، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، الكويت، دار القلم، الطبعة الثانية، ١٤٠٦هـ .

١٣٢ - محمد، محمد درويش، مدى فعالية العلاج الديني في تخفيض القلق لدى الطلاب، التربية، كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد ٥١، أغسطس ١٩٩٥م .

١٣٣ - مرسي، سيد عبدالحميد، الإيمان والصحة النفسية، سلسلة دراسات نفسية إسلامية، القاهرة، مكتبة وهبة، ١٤١٥هـ .

١٣٤ - مرسي، كمال إبراهيم، المدخل إلى علم الصحة النفسية، الكويت: دار القلم، ١٤٠٩هـ .

١٣٥ - مسلم، مسلم بن الحجاج، صحيح مسلم، خمسة أجزاء، تحقيق محمد فؤاد عبدالباقي، استانبول، المكتبة الإسلامية، د.ت .

١٣٦ - المسند، أحمد بن حنبل، «تحقيق» أحمد محمد شاكر وحمزة أحمد الزين، عشرون جزءًا، القاهرة، دار الحديث، الطبعة الأولى، ١٤١٦هـ .

١٣٧ - المطرودي، عبدالرحمن إبراهيم، الإنسان وجوده وخلافته في الأرض في ضوء القرآن الكريم، القاهرة، مكتبة وهبه، ١٤١٠هـ .

١٣٨ - ابن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم، لسان العرب، بيروت، دار صادر، د .ت .

١٣٩ - المهاجري، فاطمة عبدالحق، السلوك الديني في الإسلام وعلاقته بمفهوم الذات لدى طالبات جامعة أم القرى .كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، ١٤٠٩هـ .

١٤٠ - موسى، رشاد عبدالعزيز، أثر التدين على الاكتئاب النفسي، علم النفس الديني، القاهرة، مؤسسة مختار، ١٩٩٣م .

١٤١ - نجاتي، محمد عثمان، « منهج التأصيل الإسلامي لعلم النفس» مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، العدد الثالث (رجب ١٤١٠هـ) .

١٤٢ - نصار، عبدالحميد، بعض المتغيرات الشخصية والاجتماعية المرتبطة بالاتجاه الديني، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة، ١٩٨٨م .

١٤٣ - النغيمشي، عبدالعزيز بن محمد، المراهقون دراسة نفسية إسلامية للآباء والمعلمين والدعاة، الطبعة الأولى، الرياض، ١٤١١هـ .

١٤٤ - النسائي، أحمد بن شعيب، سنن النسائي بشرح الحافظ جلال الدين السيوطي وحاشية الإمام السندي، ثمانية أجزاء في أربعة مجلدات، القاهرة :دار الحديث، ١٤٠٧هـ .

١٤٥ - الهاشمي، عبدالحميد محمد، علم النفس التكويني أسسه وتطبيقه من الولادة إلى الشيخوخة . جدة، دار المجمع العلمي، الطبعة الرابعة، ١٣٩٩هـ .

١٤٦ - لازاروس، ريتشارد، الشخصية (ترجمة سيد محمد غنيم)، بيروت، دار الشروق، الطبعة الثانية، ١٤٠٤هـ .

١٤٧ - يونغ، كارل، الإنسان يبحث عن نفسه [٢]، ترجمة سامي علام وديمتري أفييرينوس، دمشق، دار الغربال، الطبعة الأولى ١٩٩٣م .

قائمة المراجع الأجنبية

1 - Adlaf, E and R. Smart, Drug use and Religious Affiliation, Feelings and behaviour, British Journal of Addiction, 1985, 80, pp. 163-171.

2 - The American Heritage Dictionary, Second College Edition, Boston : Houghton Mifflin company, 1982.

3- Bainbridge, W. Crime, Delinguency and Religion, in Religion and Mental Health, J. F. Schumaker (edited) , New York : Oxford University Press, 1992, pp. 199 - 216.

4 - Bergin, Allen E., Religiosity and Mental Health : A Critical Revalution and Meta - analysis, Proffessional Psychology : Research and Practice, 1983, Vol. 14 (2), pp. 170-184.

5 - Brown, D., S. Ndubuisi and L. Gary, Religiosity and Psychological distress among blacks, Journal of Religion and Health, 1990, Vol. 29 (1), pp. 55 - 67.

6 - Capps, Donald, Religion and Psychological well-Being : in The Sacred in a Secular Age : Toward Revision in The Scientific study of Relligion, Edited by P.E. Hammond. Berkeley : University of California Press, 1985.

7 - Chadwick, B. and B. Top, Religiosity and Delinquency among LDS adolescents, Journal for Scientific Study of Religion, 1993, 32 (1), pp. 51-67.

8 - Clarke, L., L. Beeghley and J. Cochran, Religiosity, Social Class, and Alcohol Use : An Application of Reference Group Theory, Sociological Perspective, 1990, 33 (2), pp. 201 - 218.

9 - Cochrane, J., L. Beeghley and E. Bock, The Influence of Religiosity stability and homogamy on the Relationship between Religiosity and Alcohol use among Protestants, Journal for the Scientific Study of Religion, 1992, 31 (4) pp. 441 - 456.

10 - Diagnostic and Statistical Manual of mental Disorders. Third Edition - Revised, DSM-111-R. Washington, D. C: American Psychiatric Association, 1987.

11 - Eysenck, H. J., Crime and Personality, London, Routledge & Kegan Paul, 1977.

12 - Eysenck, H., Decline and Fall of The Freudian Empire. London, Penguin Books, 1991.

13 - Ferraro, K. and J. Koch, Religion and Health Among Black and white Adults : Examinig Social Support and consolation, Journal for the Scientific Study of Religion, 1994, 33 (4), pp. 362 - 375.

14 - Frankel, B . G. and W. E. Hewitt, Religion and Well - Being among Canadian University Students : The Role of Faith Group on Campus, Journal for the Scientific Study of Religion, 1994, Vol. 33 (1), pp. 62 - 73.

15 - Gartner, J ., D. Larson and G. Allen, Religious Commitment and Mental Health : A Review of the Empirical Literture, Journal of psychology and Theology, 1991, vol. 19 (1) , pp. 6-25.

16 - George, A. and P. McNamara, Religion, Race and Psychological Well - Being. Journal for the Scientific Study of Religion, 1984, Vol. 23 (4), p. 351.

17 - Gilbert, K., Religion as a Resource for Bereaved Parents, Journal of Religion and Health, 1992, 31 (1), pp. 19 - 30.

18 - Habib, Rida Rezk, Religiosity and it's relationship to Self - concept, locus of control and dogmatisiq, Ph. D., University of Southern California, August 1988.

19 - Hadaway, C. & K. Elifson & D. Petersen, Religious involvement and drug Use among Urban Adolescents, Journal for Scientific Study of Religion, 1984, 23 (2), pp 109 - 128.

20 - Heath, D ., Personality Roots of Well - Being, Roligiosity, and its Handmaiden - Virtue, Journal of Religion and Health, Vol. 32 (4), 1993.

21 - Humphrey, J. & P. Leslie & J. Brittain, Religious particiption, Southern University Women, and Abstinence, Deviant behaviaur, 1989, 10, pp. 145 - 155.

22 - Jung, C. G. Psychology and Religion : West and East (the collected works, Volume Eleven) London : Routledge & Kegan Paul, Second Edition, 1969.

23 - Kavari, K. and T. Harmon, The Relationship between The degree of Professed Religious Belief and Use of Durges, The International Journal of The Addictions, 1982, 17 (5), pp. 847 - 857.

24 - Larson, D, H. Koenig, B. Kaplane, R. Greenberg, E. Logue and H. Tyroley, The impact of Religion on men's Blood pressure, Journal of Religion and Health, Vol. 28 (4), 1989.

25 - Martin, John, E. and C. R. Carlson, Spiritual Dimensions of Health Psychology. in Behavior Therapy and Religion. Editied by W. R. Miller and J. E. Martin. Newbury Park : Sage Publication. 1988.

26 - Michello, J. A., Spiritual and Emotional Determinants of Health, Journal of Religion and Health, Vol. 27 (1), spring 1988.

27 - Nelson, P.B., Ethnic Differences in Intrinsic / Extrinsic Religious orientation and Depression in the Elderly, Archives of Psychiatric Nursing, 1989, 3 (4), pp. 199 - 204.

28 - Pargament, K., K. Ishler, E. Dubow, P. Stanick, R. Rouiller, P. Crowe, E. Cullman, M. Albert and B. Royster, Methos of Religious Coping with the Gulf war : Cross - Sectional and Longitudial analyses, Journal for the Scientific Study of Religion, 1994, 33 (4), pp 347 - 361.

29 - Rohrbaugh, J. & R. Jessar. Religiousity in Youth : A personnal Control against deviant behaviour, Journal of Personality, 1975 March, 43 (1), pp. 136 - 155.

30 - Ross, C. E., Religion and Psychological distress, Journal for the Scientific Study of Religion, 1990, 29 (2), pp. 236 - 245.

31 - Schaefer, C. A. and R. L. Gorsuch, Situational and Personal Variations in Religious Coping, Journal for the Sscientific study of Religion, 1993, 32 (2), pp. 136 - 147.

32 - Schumaker, John F. (Editor), Religion and Mental Health, New York : Oxford University Press, 1992.

33 - Shafranske, E. and H. N. Malony, California Psychologists' Religiosity and Psychotherapy, Journal of Religion and Health, Vol. 29 (3), Fall 1990.

34 - Shafranke, Edward p. (Editor), Religion and the clinical Practice of Psychology, Washington, D.C. : American Psychological Association, 1996.

35 - Shaver, P. & Lenauer, M. & Sadd, S. Religiousness, Conversion, and subjective well - Being : The " Health - Minded " Religion of modern American Women, American Journal Psychiatry, 1980, 137 (12), pp. 1563 - 1580.

36 - Shortz, J. and E. Worithington, Young Adults' Recall of Religiosity, Attributions, and coping in parental Divorce, Journal for The Scientific Study of Religion, 1994, Vol. 33 (2), pp 172-179.

37 - Skinner, B. F., Beyond Freedom & Dignity, New York, Bantam Book, 1972.

38 - Stack, S. and M. Kanavy, The Effect of Religion on forcible Rape: A Structural Analysis, Journal for The Scientific Study of Religion, 1983, 22 (1), pp. 67-74.

39 - Stack, S. and I. Wassermon, The Effect of Religion on suicide Ideology : An Analysis of the Networks perspective, Journal For the Scientific Study of Religion, 1992, Vol. 31 (4), pp. 457 - 464.

40 - Stack, S., I. Wasserman and A. Kposowa, The Effects of Religion and Feminism on suicide Ideology : An analysis on national survey Data, Journal for The Scientific Study of Religion, 1994, 33 (2), pp. 110 - 121.

41 - Wahass, Saeed and Gerry Kent, The Modification of

Psychological Interventions for Persistent Auditory Hallucinations to an Islamic Culture, Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 1997, 25, pp 351 - 364.

42 - Webster, Richard. Why Freud was Wrong. sin, science and psychoanalysis, London, Fontana Press. 1996.

43 - Wulff, D. M., Psychology of Religion, Classic and Contemporary. New York, John Wiley & Sons, 1991.

الفهـــــارس

- فهرس المراجع.
- فهرس الأشكال.
- المحتوى.

فهرس المـراجـع :

فهرس الأشكال

المحتوى

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة


مطابع الجامعة



ردمك: ٩٩٦٠ - ٠٤ - ٣٤١ - x